

**EFEKTIFITAS TEKNIK *SELF MANAGEMENT* DALAM MENANGANI  
KECANDUAN *GAME ONLINE* REMAJA DI DESA PATOLOAN  
KECAMATAN BONE-BONE KABUPATEN LUWU UTARA**



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
PALOPO  
2019**

**EFEKTIFITAS TEKNIK *SELF MANAGEMENT* DALAM MENANGANI  
KECANDUAN *GAME ONLINE* REMAJA DI DESA PATOLOAN  
KECAMATAN BONE-BONE KABUPATEN LUWU UTARA**



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
PALOPO  
2019**

## PENGESAHAN SKRIPSI

Skrripsi berjudul "Efektifitas Teknik *Self Management* dalam Menangani Kecanduan *Game Online* Remaja di Desa Pabolan Kecamatan Uluhe Bone Kabupaten Luwu Utara" yang ditulis oleh Lili Sautika, Nomor Induk Mahasiswa (NIM) 1301030021, Mahasiswa Program Studi Daringin Kanching Islam, Fakultas Ushuluddin, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Polepis, yang ditandatangani pada hari Kamis, 19 September 2019 M, yang bertepatan pada tanggal 19 Muharram 1441 H, oleh dipaparkan secara lisan dan penitutan Tim Pengajar dan ditinjau dengan resmi, memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos).

Polepis, 19 September 2019 M  
19 Muharram 1441 H

### Tim Pengajar:

- |                                    |                   |
|------------------------------------|-------------------|
| 1. Dr. Masnudin, M.Ag              | Ketua Sidang      |
| 2. Dr. Wati Hayati, M.Sos.I        | Sekretaris Sidang |
| 3. Dr. Adil Muhammad, M.Sos.I      | Pangaji I         |
| 4. Wahyuni Husni, S.Sos.I, M.I.Kom | Pangaji II        |
| 5. Dr. Elendi D., M.Sos.I          | Panitia ang I     |
| 6. Dr. Subekti Masri, M.Sos.I      | Panitia ang II    |

### Mengetahui:

Desa Pabolan, 14 IN Polepis  
Dr. Elendi D., M.Sos.I  
NIM 190901101 192403 1 004

Desa Pabolan, 14 IN Polepis  
Adil Muhammad, M.Sos.I  
NIM 190901101 192403 1 004

## PERNYATAAN KEASIHAN

Peneliti yang berkecualangan di bawah ini:

Nama : Lilis Savika

NIM : 15.0103.0023

Program Studi : Pendidikan dan Konseling Islam

Teknik : Ushahuddin, Asy, dan Dekwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa:

1. Skripsi ini benar-benar merupakan hasil karya peneliti sendiri, bukan plagiasi atau duplikasi dari tulisan karya orang lain yang peneliti akui sebagai hasil penelitian atau pikiran peneliti sendiri.
2. Seluruh bagian dari skripsi ini adalah karya peneliti sendiri selain kutipan yang diuraikan sumbernya dan segala keaslian yang ada di dalamnya adalah tanggung jawab peneliti.

Demi ini pernyataan ini dibuat sebagaimana mestinya. Apabila dikemudian hari ternyata peneliti tidak benar, maka peneliti bersedia menanggung sanksi atas perbuatan tersebut.

Pasaka, 9 September 2019

Yang membuat pernyataan,

  
Lilis Savika  
NIM 15.0103.0023

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi

Lamp : -

Palopo, 16 September 2019

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Di-

Tempat

*Assalamu 'Alaikum Wr. Wb.*

Setelah melakukan bimbingan, baik dari segi isi, bahasa maupun teknik penulisan terhadap skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Lilis Santika  
NIM : 15.0103.0023  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah  
Judul Skripsi : *"Efektifitas Teknik Self Management dalam Menangani Kecanduan Game Online Remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara"*

Menyatakan bahwa skripsi tersebut sudah layak untuk diujikan.

Demikian untuk proses selanjutnya.

*Wassalamu 'Alaikum Wr. Wb.*

Pembimbing I

Dr. Efendi P., M.Sos.I  
Nip: 19651231 199803 1 009

## NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi

Lamp : -

Palopo, 16 September 2019

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Di-

Tempat

*Assalamu 'Alaikum Wr. Wb.*

Setelah melakukan bimbingan, baik dari segi isi, bahasa maupun teknik penulisan terhadap skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama	: Lilis Santika
NIM	: 15.0103.0023
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas	: Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
Judul Skripsi	: <i>"Efektifitas Teknik Self Management dalam Menangani Kecanduan Game Online Remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara"</i>

Menyatakan bahwa skripsi tersebut sudah layak untuk diajukan.

Demikian untuk proses selanjutnya.

*Wassalamu 'Alaikum Wr. Wb.*

Pembimbing II

*Dr. Subekti Masti, M.Sos.I.*

Nip: 19790525 200901 1 018

#### PERSETUJUAN PEMBIMBING

Judul Skripsi : *"Efektifitas Teknik Self Management dalam Menangani Kecanduan Game Online Remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara Skripsi Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2015"*

Yang ditulis oleh,

Nama : Lilis Santika  
NIM : 15.0103.0023  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Disetujui untuk diajukan pada Ujian Munaqasyah

Demikian untuk proses selanjutnya.

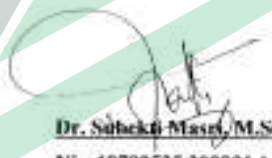
Palopo, 16 September 2019

Pembimbing I

Pembimbing II

  
Dr. Efendi P., M.Sos.I

Nip: 19651231 199803 1 009

  
Dr. Subekti Masri, M.Sos.I

Nip: 19790525 200901 1 018

## NOTA DINAS PENGUJI

Hal : Skripsi

Lamp : -

Palopo, 16 September 2019

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Di-

Tempat

*Assalamu 'Alaikum Wr. Wb.*

Setelah melakukan bimbingan, baik dari segi isi, bahasa maupun teknik penulisan terhadap skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama	: Lilis Santika
NIM	: 15.0103.0023
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas	: Ushuluddin, Adab, dan Dakwah
Judul Skripsi	: <i>"Efektifitas Teknik Self Management dalam Menangani Kecanduan Game Online Remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Larau Utara"</i>

Menyatakan bahwa skripsi tersebut sudah layak untuk diujikan.

Demikian untuk proses selanjutnya.

*Wassalamu 'Alaikum Wr. Wb.*

Penguji I



Dr. Adilah Mahmud, M.Soc.I.  
Nip: 19550927 199103 2 001



## NOTA DINAS PENGUJI

Hal : Skripsi

Lamp : -

Palopo, 16 September 2019

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Di-

Tempat

*Assalamu 'Alaikum Wr. Wb.*

Setelah melakukan bimbingan, baik dari segi isi, bahasa maupun teknik penulisan terhadap skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini:


Nama : Lilis Santika  
NIM : 15.0103.0023  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah  
Judul Skripsi : *"Efektifitas Teknik Self Management dalam Menangani Kecanduan Game Online Remaja di Desa Patolean Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara"*

Menyatakan bahwa skripsi tersebut sudah layak untuk diujikan.

Demikian untuk proses selanjutnya.

*Wassalamu 'Alaikum Wr. Wb.*

Penguji II

  
Wahyuni Husain, S.Sos.I., M.I.Kom.  
Nip: 19800311 200312 2 002

#### PERSETUJUAN PENGUJI

Judul Skripsi : *"Efektifitas Teknik Self Management dalam Menangani Kecanduan Game Online Remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara Skripsi Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2015"*

Yang ditulis oleh,

Nama : Lilis Santika

NIM : 15.0103.0023

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Fakultas : Ushuluddin, Adab, dan Dakwah

Disetujui untuk diujikan pada **Ujian Munaqasyah**

Demikian untuk proses selanjutnya.

Palopo, 16 September 2019

Penguji I



Dr. Adilah Mahmud, M.Sos.I.

Nip: 19550927 199103 2 001

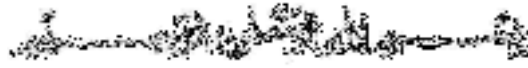
Penguji II



Wahyuni Husala, S.Sos.I., M.I.Kom.

Nip: 19880311 200312 2 002

## PRAKATA



الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ  
سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَاصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ أَمَّا بَعْدُ

Segala puji bagi Allah swt, Tuhan semesta alam, yang senantiasa mencurahkan rahmat dan karuniaNya kepada kita semua. Atas hidayah Allah jugalah penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat dan salam semoga tetap tercurahkan kepada junjungan Nabi besar Muhammad saw juga kepada keluarga dan sahabatnya, serta orang-orang yang tetap teguh dan istiqomah memegang ajaran beliau hingga akhir zaman.

Dalam penyelesaian skripsi ini, tidak sedikit hambatan yang dihadapi oleh penulis, namun berkat usaha dan do'a yang maksimal serta petunjuk dari Allah swt. Dan bimbingan, motivasi serta bantuan dari berbagai pihak sehingga hambatan tersebut dapat di atasi dengan baik. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati peneliti mempersembahkan ungkapan terima kasih kepada:

1. Dr. Abdul Pirol, M.Ag. Rektor Institut Agama Islam Negri(IAIN) Palopo, Wakil Rektor I, Dr. H. Muammar Arafat, SH., MH., Wakil Rektor II, Dr. Ahmad Syarief Iskandar, M.M., dan Wakil Rektor III, Dr. Muhaemin, MA. serta para pegawai dan Para staf-stafnya yang telah bekerja keras dalam

membina dan mengembangkan serta meningkatkan mutu kualitas Mahasiswa IAIN Palopo.

2. Dr. Masmuddin, M.Ag, Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Palopo, Dr. Baso Hasyim, Wakil Dekan I Bidang Akademik, M.Sos. I, Drs. Syahrudin, M.H.I, Wakil Dekan II Bidang Keuangan, Muhammad Ilyas S.Ag.,M.A, Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswaan, atas petunjuk, arahan dan ilmu yang beliau berikan kepada peneliti selama ini.
3. Dr. Efendi P.,M.Sos.I Pembimbing I, Dr. Subekti Masri, M.Sos.I Pembimbing II, Dr. Adilah Mahmud, M.Sos.I Penguji I, dan Wahyuni Husain, S.Sos.I., M.I.Kom Penguji II yang telah membimbing, memberi arahan dan masukannya selama dalam penyusunan skripsi ini.
4. Dr Subekti Masri, M.sos I, selaku Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam, dosen di lingkungan Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah IAIN Palopo, beserta para staf fakultas yang telah membekali peneliti dengan berbagai ilmu pengetahuan yang sangat berharga. Selama ini memberikan bimbingan dan ilmu pengetahuan serta dukungan moril kepada peneliti.
5. Kepala Perpustakaan IAIN Palopo beserta para stafnya yang telah memberikan peluang kepada saya untuk membaca dan mengumpulkan buku-buku literatur dan melayani peneliti dalam keperluan studi kepustakaan.
6. Mat Juari, S.P selaku Kepala Desa Patoloan beserta staf Kantor Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara yang telah memberikan informasi dan bantuan kepada peneliti.

7. Terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada kedua orang tuaku yang tercinta Ayahanda Santoso dan Ibunda Leny Yumidah yang telah mendoakan, merawat dan membesarkan peneliti dari kecil hingga sekarang, dari sekolah dasar hingga perguruan tinggi, serta pengorbanan secara moril dan material yang begitu banyak diberikan kepada peneliti, dan kepada para adikku tersayang Sultan Aji Bintoro dan Llily Kurnia Sari yang selama ini banyak memberikan bantuan, dorongan dan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini serta semua pihak yang terkait.
8. Teman-teman saya Tri Indah Oktavia, Lulu Syafaati, Elma dwinoviana, Siti Nurpatimah, Dwi Lestari, Rista Nunung Farida, Cici Paramida, Musdalifa Rivai dan teman terdekat saya yang belum sempat saya sebutkan namanya saya ucapkan banyak terimakasih kepada kalian semua, atas doa, bantuan serta dukungan.

Mengakhiri prakata ini ucapan yang sama peneliti apresiasikan kepada pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi dan sekaligus yang telah mewarnai kehidupan peneliti. Kata yang baik mengawali sesuatu ialah dengan menyebut asma Allah swt. Semoga Allah swt selalu mengarahkan hati kepada perbuatan baik dan menjauhi kemungkaran Aamiin. Peneliti juga berharap agar skripsi ini nantinya dapat bermanfaat dan bisa menjadi referensi bagi para pembaca. Kritik dan saran yang sifatnya membangun juga penulis harapkan guna perbaikan penulisan selanjutnya.

Palopo, 9 September 2019

Peneliti

## ABSTRAK

**Lilis Santika, 2019.** "Efektivitas Teknik *Self Management* dalam Menangani Kecanduan *Game Online* Remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara". Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo. Dibawah bimbingan Dr. Efendi P., M.Sos.I dan Dr. Subekti Masri, M.Sos.I.

---

**Kata Kunci :** Teknik *Self Management*, Kecanduan *Game Online*

Skripsi ini membahas tentang teknik *Self Management* Remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara yang memberi pengaruh positif terhadap kecanduan *game online* remaja agar dapat mengontrol atau mengendalikan diri dalam bermain *game online*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas teknik *self management* dalam menangani kecanduan *game online* remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan *pre-experimental design* dengan bentuk *one-group pretest-posttest design*. Skala pengukurannya menggunakan skala *likert* dan diolah secara statistik dengan program SPSS versi 22.0 yaitu uji validitas, uji reliabilitas dan uji regresi linear sederhana. Penelitian ini mengambil sampel sebanyak 24 orang remaja yang berada di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara.

Berdasarkan kriteria pengujian uji regresi berdasarkan taraf signifikan, jika  $\text{sig} (0,047) < 0,05$  maka  $H_1$  diterima  $H_0$  ditolak. Artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tritmen sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Ternyata pernyataan yang menggunakan kecanduan *game online* dengan menggunakan teknik *self management* menunjukkan bahwa efektif dalam menangani kecanduan *game online* remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara.

Bagi remaja yang telah mampu mengendalikan dirinya dari kecanduan *game online* melalui tritmen teknik *self management* diharapkan agar dapat berkomitmen dan mampu mengendalikan atau mengontrol dirinya agar tidak mengalami kecanduan terhadap *game online* kembali. Sesuai dengan maksud teknik *self management* yaitu mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah tingkah laku yang lebih efektif. Rekomendasi bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat meneliti perilaku remaja yang kecanduan *game online* lebih luas dan lebih mendalam. Memperbanyak sumber mengenai kecanduan *game online* dalam mengkaji topik-topik yang berhubungan dengan perilaku menyimpang remaja akibat kecanduan *game online*.

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	v
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	vi
PERSETUJUAN PENGUJI.....	viii
NOTA DINAS PENGUJI.....	ix
PRAKATA.....	xi
ABSTRAK.....	xiv
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR TABEL.....	xvii
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	12
C. Tujuan Penelitian.....	12
D. Manfaat Penelitian.....	12
E. Hipotesis.....	13
F. Definisi Operasional Variabel dan Ruang Lingkup Penelitian.....	14
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA.....</b>	<b>16</b>
A. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	16
B. Kajian Pustaka.....	18
1. Teknik <i>Self Management</i> .....	18
a. Pengertian Teknik <i>Self Management</i> .....	18
b. Tujuan Teknik <i>Self Managment</i> .....	20
c. Langkah-Langkah Teknik <i>Self Management</i> .....	21
d. Kelebihan dan Kekurangan Teknik <i>Self Management</i> .....	24

2. <i>Game Online</i> .....	25
a. Pengertian <i>Game Online</i> .....	25
b. Jenis-Jenis <i>Game Online</i> .....	28
c. Ciri-Ciri Remaja yang Kecanduan <i>Game Online</i> di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara .....	29
d. Faktor Penyebab Remaja Kecanduan <i>Game Online</i> di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara .....	30
e. Dampak Bermain <i>Game Online</i> Pada Remaja .....	32
3. Remaja .....	34
a. Pengertian Remaja .....	34
b. Tugas-Tugas Perkembangan Masa Remaja .....	35
4. Pandangan Islam Tentang <i>Game Online</i> .....	37
C. Kerangka Pikir .....	39
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>42</b>
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian .....	42
B. Lokasi Penelitian .....	43
C. Populasi dan Sampel .....	43
D. Sumber Data .....	45
E. Variabel Penelitian .....	45
F. Subjek dan Objek Penelitian .....	46
G. Teknik Pengumpulan Data .....	47
H. Instrumen Penelitian .....	47
I. Teknik Pengolahan dan Analisis Data .....	51
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>56</b>
A. Profil Desa Patoloan .....	56
B. Hasil Penelitian .....	65
C. Pembahasan Penelitian .....	72
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	
A. Kesimpulan .....	76
B. Saran .....	76
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>78</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3.1 Pemberian Materi.....	43
Tabel 3.2 Panduan Perlakuan.....	49
Tabel 3.3 Instrumen Pengukuran Kualitas Kecanduan <i>Game Online</i> .....	50
Tabel 3.4 <i>Reliability Statistics</i> Data X .....	52
Tabel 3.5 <i>Reliability Statistics</i> Data Y .....	53
Tabel 3.6 <i>Reabilitas</i> .....	55
Tabel 4.1 Rekapitulasi Jumlah Kepala Keluarga dan Jumlah Penduduk.....	63
Tabel 4.2 Daftar Nama Responden Remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara .....	65
Tabel 4.3 Hasil Perbandingan Nilai Sebelum Dan Sesudah Pemberian Tritmen .	68

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Kehadiran internet saat ini tentu bukan hal yang asing lagi di kalangan masyarakat. Perkembangan teknologi saat inipun semakin maju. Banyak masyarakat Indonesia tentunya yang memanfaatkan berbagai fitur atau program yang dihasilkan dari internet. Dengan adanya internet, tentu akan mempermudah aktifitas manusia seperti dalam bidang pemerintahan yang memanfaatkan internet untuk kemudahan pelayanan, interaksi antar publik yang dapat meningkatkan kecepatan layanan dan kualitas pelayanan publik.

Diperkirakan penggunaan internet ini semakin hari semakin meningkat, mulai dari anak-anak sampai dewasa. Baik itu pelajar, pegawai maupun masyarakat secara luas. Hampir semua kalangan memanfaatkan internet. Melalui internet tentu dapat membantu banyak pihak dari berbagai kalangan dan kepentingan. Salah satu produk teknologi yang terus berkembang dan sangat digemari di kalangan masyarakat khususnya di kalangan remaja saat ini adalah *game online*.

Pada era modern saat ini yang serba *digital* mampu merubah pola kehidupan manusia. Pola kehidupan yang telah diwariskan ini cenderung sebagian demi sebagian mulai bergeser atau bahkan mungkin mulai hilang. Karena digantikan oleh pola kehidupan baru. Sebagai contoh, pola permainan anak-anak masa kini. Anak-anak masa kini cenderung mulai meninggalkan bentuk

permainan tradisional dan beralih ke permainan yang lebih modern. Permainan tradisional sering disebut juga sebagai permainan rakyat yaitu permainan yang tumbuh dan berkembang di masa lalu terutama tumbuh di masyarakat pedesaan. Realitas yang terjadi saat ini dapat dilihat bahwa eksistensi permainan tradisional mengalami penurunan dan terancam punah karena adanya arus globalisasi yang semakin masuk kedalam alam bawah sadar para anak-anak dan remaja.

Hal ini dapat dilihat dengan semakin sempitnya lapangan, mulai hilangnya perlombaan permainan tradisional dan mulai ramainya tempat-tempat yang menyediakan bentuk permainan yang lebih modern, seperti *warung internet* (*warnet*). Usaha-usaha untuk melestarikan dan tetap menjaga permainan-permainan tradisional juga sama sekali tidak diupayakan. *Game online* akan mengurangi aktivitas positif yang seharusnya dijalani oleh anak pada usia perkembangan mereka. Anak yang mengalami ketergantungan pada aktivitas *games*, akan mempengaruhi motivasi belajar sehingga mengurangi waktu belajar dan waktu untuk bersosialisasi dengan teman sebaya mereka. Sama halnya yang terjadi di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara, dimana *game online* telah menjadi salah satu kegiatan favorit di kalangan remaja saat ini. Hal ini dapat memberi pengaruh yang besar terhadap perubahan tingkah laku dalam pergaulan baik dengan masyarakat pada umumnya dan keluarga pada khususnya. Jika ini berlangsung terus menerus dalam waktu lama di perkirakan anak akan kesusahan dalam menjalani kehidupan sosial, tidak peka dengan lingkungan, bahkan bisa membentuk kepribadian asosial, dimana anak tidak mempunyai kemampuan beradaptasi dengan lingkungan sosialnya.

Nanda Khakim Wardhana. P, menurutnya *Game* adalah aktifitas yang dilakukan untuk *fun* atau menyenangkan yang memiliki aturan sehingga ada yang menang dan ada yang kalah.<sup>1</sup> Selain itu, dalam penelitian Nanda Khakim Wardhana yang mengutip bahwa Adams & Rollings mendefinisikan *game online* sebagai permainan yang dapat diakses oleh banyak pemain, dimana mesin-mesin yang digunakan pemain dihubungkan oleh suatu jaringan internet.<sup>2</sup> Burhan mendefinisikan *game online* sebagai *game* komputer yang dimainkan oleh multi pemain melalui internet.<sup>3</sup>

Maka, dapat disimpulkan bahwa *Game online* adalah sebuah permainan yang berasal dari internet yang memiliki manfaat sebagai hiburan yang dapat dimainkan oleh siapapun dalam waktu yang bersamaan. *Game* dengan fasilitas yang lebih baik dibandingkan dengan *game* biasa (seperti *video game*) karena para pemain itu bisa berkomunikasi dan berinteraksi dengan pemain lain dari seluruh penjuru dunia. *Game online* pada dasarnya ditujukan untuk mengusir kepenatan atau sekedar melakukan *refreshing* otak setelah melaksanakan aktivitas sehari-hari. Sebagaimana firman Allah swt dalam Q.S. Muhammad/47:36

إِنَّمَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا لَعِبٌّ وَلَهُوَ وَإِنْ تَوَمَّنُوا وَتَتَّقُوا يُؤْتِكُمْ أُجُورَكُمْ وَلَا يَسْلُكُمْ أَمْوَالَكُمْ ۝ ٣٦

---

<sup>1</sup>Nanda Khakim Wardhana P, "Pengaruh Game Online Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas XI Smk PGRI 4 Kediri Tahun Pelajaran 2016/2017", (*Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, Volume 01, Nomor 07, 2017), h. 3.

<sup>2</sup>*Ibid.*

<sup>3</sup>Burhan, "Peran Konselor Sebaya Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online Pada Anak", (*Jurnal Konseling Gusjigang*, Volume 2, Nomor 2, 2018), h. 74.

Terjemahnya :

“Sesungguhnya kehidupan dunia hanyalah permainan dan senda gurau. Dan jika kamu beriman dan bertakwa, Allah akan memberikan pahala kepadamu dan Dia tidak akan meminta harta-hartamu”.<sup>4</sup>

Ayat tersebut, menjelaskan bahwa manusia pada dasarnya senang akan permainan tidak terkecuali dengan bermain *game online* yang dengan sangat mudah dinikmati sebagian masyarakat. Banyak orang-orang yang tertarik pada permainan secara *online* ini. Namun pada kenyataannya, permainan tersebut justru membuat individu menjadi kecanduan. Intensitas bermain game yang tinggi membuat individu mengalami kecanduan yang memberikan berbagai dampak terhadap perilaku individu.

Edrizal dalam penelitiannya yang dikutip dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) memaparkan hasil survei bertajuk “Penetrasi dan Perilaku Pengguna Internet Indonesia 2017”. Hasil survei yang berkerjasama dengan *Teknopreneur* itu menyebutkan, penetrasi pengguna internet di Indonesia meningkat menjadi 143,26 juta jiwa atau setara 54,7% dari total populasi republik ini. Pada survei serupa 2016 ke 2017”. Peningkatan penggunaan internet ini salah satunya akibat banyaknya dari pengguna *game online*.<sup>5</sup>

Yohanes Rikky Dwi Santoso dan Jusuf Tjahjo Purnomo yang dikutip dari Yee menemukan 64,45% remaja laki – laki dan 47,85% remaja perempuan usia

---

<sup>4</sup>Kementrian Agama RI, *Al'Quran dan Terjemahan*, (Surabaya: Halim Publishing & Distributing, 2014), h. 510.

<sup>5</sup>Edrizal, “Pengaruh Kecanduan Siswa Terhadap Game Online (Studi Tentang Kebiasaan Siswa Bermain Game Online) Di Smp N 3 Teluk Kuantan”, (*Jurnal Ilmiah Counselia*, Volume 2, Nomor 6, 2018), h. 1001.

12-22 tahun yang bermain *game online* kecanduan terhadap *game online*.<sup>6</sup> Selain itu dalam penelitian Yohanes Rikky Dwi Santoso dan Jusuf Tjahjo Purnomo juga mengutip dari Imanuel menemukan bahwa dari 75 mahasiswa Universitas Indonesia yang mengalami kecanduan game online sebanyak 14 orang memiliki kecanduan tingkat tinggi, 12 orang dengan tingkat kecanduan rendah dan 49 orang memiliki tingkat kecanduan menengah. Penelitian ini menunjukkan mahasiswa yang bermain *game online* adalah pecandu menengah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemain game online kehilangan relasi, kehilangan pekerjaan, kesempatan karir dan kesempatan pendidikan serta menjadikan game online sebagai cara untuk melarikan diri dari masalah.<sup>7</sup> Selain itu, Berdasarkan data yang diperoleh, faktanya permainan *game online* diminati segala usia, dari muda hingga tua.

Lestari Ayu dan Sahat Saragih dalam penelitiannya yang dikutip dari Griffiths bahwa dapat membuktikan pada penelitian yang dilakukan oleh Griffiths, menunjukan hasil pemain *game online* remaja laki-laki 93,2%, dewasa laki-laki 79,6%, remaja perempuan 6,8%, dan dewasa perempuan 20,4%. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, remaja laki-laki lebih banyak yang bermain *game online* jika dibandingkan dengan laki-laki dewasa. Tetapi hal ini berbanding terbalik dengan yang terjadi pada perempuan, dari hasil penelitian tersebut

---

<sup>6</sup>Yohanes Rikky Dwi Santoso, Jusuf Tjahjo Purnomo, "Hubungan Kecanduan Game Online Terhadap Penyesuaian Sosial Pada Remaja", (*Journal Of EST*, Volume IV, Nomor 1, 2017), h. 029.

<sup>7</sup>*Ibid.*

perempuan dewasa lebih banyak yang bermain *game online* jika dibandingkan dengan perempuan remaja.<sup>8</sup>

Ridwan Syahrhan, menemukan sekitar 6% dari pengguna internet mengalami ketergantungan *online game*. Gamer mengalami gejala yang sama dengan ketergantungan obat bius, yaitu lupa waktu dalam bermain *online game*. Kebanyakan orang yang ketergantungan *online game* ini dikarenakan menemukan kepuasan dalam permainan yang tidak mereka temukan di dunia nyata.<sup>9</sup> Erni Dwi Pratiwi, ada beberapa tipe-tipe dari game online yaitu *First Person Shooter* (FPS), *Real-Time Strategy*, *Cross-Platform Online*, *Browser Game*, adalah game yang dimainkan pada browser seperti *firefox*, *opera*, *cometbird* dan browser lainnya. *Massive Multiplier Online* (MMO) Games.<sup>10</sup> Selain itu, Jenis game online yang biasa dimainkan oleh para remaja adalah jenis FPS (*First Person Shooter*) yang berisi peperangan, game aksi (*games action*), game petualangan (*adventure*) seperti bercocok-tanam dan berternak, *life simulation game* (permainan yang memiliki karakter yang dapat melakukan kegiatan – kegiatan yang biasa dilakukan manusia di dunia nyata). Tidak hanya itu, sebagai permainan *multiplayer*, game online juga menyediakan layanan *online chat* sehingga para *gamer* dengan permainan yang sama bisa berinteraksi sebelum, setelah dan sementara permainan sedang berlangsung.

---

<sup>8</sup>Lestari Ayu, Sahat Saragih, "Interaksi Sosial dan Konsep Diri dengan Kecanduan Games Online pada Dewasa Awal". (*Jurnal Holistik*, Volume 5, Nomor 02), 2016, h. 168.

<sup>9</sup>Ridwan Syahrhan, "Ketergantungan Online Game Dan Penanganannya", (*Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, Volume 1, Nomor 1, 2015), h. 85.

<sup>10</sup>Erni Dwi Pratiwi, "Analisa Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Niat Bermain Game Online", (*Jurnal Qiyas*, Volume X, Nomor 2), 2014, h. 178.

Sifat permainan yang menantang, seru dan ekonomis serta kemudahan dalam mengakses permainan tersebut banyak menjadikan remaja yang kemudian kecanduan. Okto Dinata, bahwa kecanduan adalah suatu perilaku yang tidak sehat yang berlangsung terus menerus yang sulit diakhiri oleh individu bersangkutan.<sup>11</sup> Ia juga menjelaskan sebuah model motivasi untuk memprediksi efek buruk dari bermain *game online*, yaitu menjadi adiktif. Menurutnya, setiap orang memiliki dorongan dan alasan yang berbeda untuk bermain *game online*. Misalnya, ada orang yang bermain *game online* untuk dapat menyelesaikan misi yang ditawarkan dalam permainan tersebut. Namun, misi yang tak kunjung habis dari permainan tersebut dapat membuat seseorang menjadi adiktif. Dorongan dan alasan seseorang yang berbeda-beda ini kemudian disebut dengan motivasi bermain *game online*.<sup>12</sup> Kondisi kecanduan tersebut akan semakin mengkhawatirkan apabila dipengaruhi oleh lingkungan, terutama keluarga yang kurang memberikan pengawasan. Penggunaan sarana hiburan antara lain *game online* secara berlebihan tentu membawa dampak yang negatif. Bagi remaja hal ini dapat berpengaruh terhadap perilaku remaja yang mengarah pada penyimpangan sosial yang berdampak negatif.

Harvien Amellia Hardanti, dkk mengemukakan dua faktor yang memengaruhi seseorang kecanduan *game online*, yaitu faktor atraksi dan faktor motivasi. Faktor atraksi yaitu faktor yang mendorong penggunaan waktu dan keterikatan pribadi terhadap *game online*, antara lain lingkaran penghargaan

---

<sup>11</sup>Okto Dinata, "Relationship Online Clash Of Clans Game On Social Behavior (Case Study Online Clash Of Clans Game On Student Sociology Faculty Of Social And Political Sciences University Of Riau)", (*Jurnal JOM FKP*, Volume 4, Nomor 2, 2017), h. 6.

<sup>12</sup>*Ibid*, h. 7.



(*reward*) yang terelaborasi di dalam *game online* dan jaringan relasi pemain yang kian bertambah seiring *game online* dimainkan. Sedangkan faktor motivasi adalah tekanan pada saat tidak menggunakan *game online* atau masalah yang membuat *game online* sebagai tempat pelarian, antara lain: aspek motivasi berprestasi (*achievement*), motivasi sosial (*social*), dan motivasi penghayatan (*immersion*).<sup>13</sup>

Kecanduan *game online* membuat remaja lebih banyak menghabiskan waktu didepan komputer atau *smartphone* sehingga menghambat interaksi dengan teman-teman seusianya. Tetapi disisi lain apabila ia mampu mengendalikan waktu dan membangun perilaku yang baik, tentu saja seorang individu dapat mengatur rasa ketergantungan pada *game online*. Hal ini akan berdampak positif bagi pengguna *game online* yang dimana dia dapat mengatur pola kegiatan sehari-hari sehingga dapat mengatur waktu bermain dan belajar atau bekerja. Namun, jika hal itu tidak dapat di kontrol dengan baik maka akan menimbulkan dampak negatif tersendiri bagi pemainnya. Tentunya hal itu akan sangat membutuhkan bantuan dan bimbingan dari luar selain dari diri sendiri. Itulah sebabnya mengapa penelitian ini harus diangkat. Sebab, jika tidak diangkat maka seorang gamers akan sangat sulit dalam mengontrol dirinya ketika merasa kecanduan *game online*.

Randes Hestu Putra Wijayanto menjelaskan bahwa bermain *game* akan menyebabkan anak-anak mengalami kecanduan, depresi, dan fobia sosial.<sup>14</sup> Dampak negatif lainnya yang ditimbulkan adalah adanya rasa malas dalam diri

---

<sup>13</sup>Harvien Amelia Hardanti, dkk, "Faktor-faktor yang Melatarbelakangi Perilaku Adiksi Bermain Game Online pada Anak Usia Sekolah", (*Jurnal Penelitian Humaniora*, Volume 1, Nomor 3, Desember 2013), h. 168.

<sup>14</sup>Randes Hestu Putra Wijayanto, "Hubungan Kecanduan Game Online Terhadap Kecemasan Akademik Siswa Kelas 2 Smp Negeri 1 Muntilan", (*Jurnal Ilmu Komunikasi*, Volume 4, Nomor 7), 2018, h. 323.

untuk melakukan aktifitas lainnya. Cenderung boros yakni membelanjakan uang tabungan hanya untuk membeli paket internet secara berlebihan dan ters-menerus. Bahkan ketidakmampuan dalam mengontrol emosional, mudah marah ketika permainannya tidak berlangsung dengan lancar. Seseorang dapat dikatakan kecanduan jika penggunaanya lebih dari 30 menit dalam sehari atau jika dilihat dari frekuensinya maka penggunaannya bisa lebih dari 3 kali sehari.

Dampak negatif lainnya yang ditimbulkan adalah adanya rasa malas dalam diri untuk melakukan aktifitas lainnya. Cenderung boros yakni membelanjakan uang tabungan hanya untuk membeli paket internet secara berlebihan dan terus-menerus. Ketidakmampuan dalam mengontrol emosional, mudah marah ketika permainannya tidak berlangsung dengan lancar. Selain itu dapat membuat pemainnya lupa waktu untuk makan, beribadah dan istirahat. Dengan terlalu sering berhadapan dengan monitor atau layar *smartphone* secara mata telanjang dapat membuat mata menjadi *minus*. Bahkan, terkadang lebih merelakan sekolahnya untuk bermain *game online* (bolos sekolah). Dalam hal ini, kehadiran layanan *Bimbingan Konseling* yang dianggap mampu memberikan bantuan dan pemahaman kepada remaja yang sedang mengalami kecanduan *game online*. Masalah kecanduan *game online* terjadi karena kontrol diri yang lemah, sehingga remaja memerlukan pengontrolan dan pengelolaan diri yang baik.

Salah satu bantuan yang bisa dilakukan untuk meningkatkan pengelolaan diri remaja ialah teknik konseling *self management*. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Satriadi Muratama, *self management* adalah suatu prosedur yang menuntut seseorang untuk mengarahkan atau mengatur tingkah

lakunya sendiri.<sup>15</sup> Muafi dalam penelitiannya yang dikutip dari Gerhardt menjelaskan bahwa *self management* sendiri didefinisikan sebagai usaha dari individu untuk mengendalikan perilakunya sendiri.<sup>16</sup> Mochammad Nusalim bahwa “*self-management* adalah suatu proses di mana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi”.<sup>17</sup>

Menurut Gantina Komalasari, Pengelolaan diri (*self management*) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Dalam hal ini, langkah-langkah teknik *self management* dalam menangani remaja yang kecanduan *game online* dikuatkan dalam penjelasan Gantina. Menurut Gantina *self management* biasanya dilakukan dengan mengikuti langkah-langkah sebagai berikut: 1) tahap monitor diri atau observasi diri, 2) tahap evaluasi diri, dan 3) tahap pemberian penguatan dan penghapusan.<sup>18</sup>

Teknik *self management* merupakan serangkaian teknis untuk mengubah perilaku, pikiran dan perasaan untuk membantu konseli dalam mengatur, memantau, mengarahkan maupun mengendalikan diri sendiri untuk menyelesaikan permasalahan atau mencapai tujuan tertentu demi kehidupan yang lebih baik dan efektif melalui proses belajar tingkah laku baru. Langkah-langkah

---

<sup>15</sup>Muhammad Satriadi Muratama, “Layanan Konseling Behavioral Teknik Self Management untuk Meningkatkan Disiplin Dan Tanggung Jawab Belajar Siswa Di Sekolah”, (*Jurnal Fokus Konseling*, Volume 05, Nomor 01, 2018), h. 5.

<sup>16</sup>Muafi, “Peran Self Management Practices Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Bank Perkreditan Rakyat”, (*Jurnal BK Unesa*, Volume 14, Nomor 01, 2010), h. 88.

<sup>17</sup>Mochammad Nusalim, “Penerapan teknik self management dalam mengurangi tingkat perilaku agresif siswa”, (*Jurnal Fokus konseling*, Volume 2, Nomor 1, 2018), h. 69.

<sup>18</sup>Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, (Indeks : Jakarta, 2011), h. 174.

dalam melakukan teknik *self management* menurut peneliti sebagai berikut :

1) tahap penelitian diri, 2) tahap penilaian diri, 3) tahap pemberian penguatan, penghapusan dan hukuman.

Tujuan diangkatnya penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah teknik *self management* mampu menangani kecanduan *game online* pada remaja. Faiqotul Isnaini dan Taufiq dalam penelitiannya yang mengutip dari Cormier, menurutnya kelebihan strategi “*self-management*” yaitu penggunaan strategi pengelolaan diri dapat meningkatkan pengamatan seseorang dalam mengontrol lingkungannya serta dapat menurunkan ketergantungan seseorang pada konselor atau orang lain, pendekatan yang murah dan praktis, mudah digunakan, dan menambah proses belajar secara umum dalam berhubungan dengan lingkungan baik pada situasi bermasalah atau tidak.<sup>19</sup> Selain itu manfaat teknik *self management* sangat baik bagi seseorang jika dirinya mampu mengatur aktivitas kegiatannya dari perilaku atau tindakan, pikiran dan bahkan perasaan itu akan senantiasa menimbulkan energi positif dengan *self management*. Maka tujuan dalam hidup ini bisa tercapai dengan baik jika seseorang tersebut mampu mengambil manfaat dari teknik *self management*. Karena *self management* manfaatnya begitu luar biasa jika dirasakan dalam menjalani kehidupan ini.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti akan membahas sebuah masalah yang berjudul “efektifitas teknik *self management* dalam menangani kecanduan *game online* remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara”.

---

<sup>19</sup>Faiqotul Isnaini, Taufiq,”Strategi Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar”, (*Jurnal Penelitian Humaniora*, Volume 16, Nomor 2, 2015), h. 35.

## B. *Rumusan Masalah*

Berdasarkan latar belakang penelitian ini, peneliti merumuskan masalah penelitian yaitu apakah efektifitas teknik *self management* dapat menangani kecanduan *game online* remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara ?

## C. *Tujuan Penelitian Masalah*

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektifitas teknik *self management* dalam menangani kecanduan *game online* remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara.

## D. *Manfaat Penelitian*

### 1. Manfaat Teoritis

Sebagai bahan informasi atau bahan kajian dalam menambah pengetahuan bagi pembaca dan khususnya bagi mahasiswa yang berkecimpung dalam bidang bimbingan konseling.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi penulis atau peneliti

Dapat menambah pemahaman tentang bagaimana efektifitas *teknik self management* dalam menangani kecanduan *game online* pada remaja sesuai dengan jurusan penulis.

b. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan masukan-masukan bagi pengembangan penelitian serupa dan dapat memberikan manfaat untuk penelitian-penelitian selanjutnya agar menjadi bahan acuan untuk meneliti tentang permasalahan sosial khususnya pada penelitian mengenai kecanduan *game online*.

c. Bagi remaja

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menjadi sumber informasi tentang permasalahan yang berkaitan dengan perkembangan dirinya, khususnya tentang cara mencegah bermain *game online* yang dapat mengakibatkan suatu kecanduan.

E. *Hipotesis*

Mimi Ulfa mengatakan bahwa hipotesis dengan teknik probabilitas diuji dirumuskan statistik sebagai berikut<sup>20</sup> :

$H_1$  = Penerapan teknik *self management* dapat menangani remaja yang kecanduan *game online*

$H_0$  = Penerapan teknik *self management* tidak dapat menangani remaja yang kecanduan *game online*

F. *Definisi Operasional dan Ruang Lingkup Penelitian*

Untuk mengetahui deskripsi yang jelas mengenai arah pembahasan, maka penulis menguraikan definisi operasional dengan membatasi dari sejumlah konsep yang diajukan dalam penelitian dengan judul “Efektifitas Teknik *Self*

---

<sup>20</sup>Mimi Ulfa, “Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Perilaku Remaja Di Mabes Game Center Jalan Hr.Subrantas Kecamatan Tampan Pekanbaru”, (*Jurnal JOM FISIP*, Volume 4, Nomor 1, 2017), h. 6.

*Management* dalam Menangani Kecanduan *Game Online* Remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara” yakni antara lain :

### 1. Teknik *Self Management*

Teknik *self management* merupakan serangkaian teknis untuk mengubah perilaku, pikiran dan perasaan untuk membantu konseli dalam mengatur, memantau, mengarahkan maupun mengendalikan diri sendiri untuk menyelesaikan permasalahan atau mencapai tujuan tertentu demi kehidupan yang lebih baik dan efektif melalui proses belajar tingkah laku baru. Berikut ini langkah-langkah yang diterapkan dalam pemberian teknik *self management* sebagai berikut : 1) tahap penelitian diri, 2) tahap penilaian diri, 3) tahap pemberian penguatan, penghapusan dan hukuman.

### 2. Kecanduan *Game Online*

Kecanduan *game online* adalah suatu perilaku yang berlebihan, dilakukan secara terus-menerus dan berulang-ulang untuk memainkan salah satu permainan dari internet. Perbuatan yang mengandung keasyikan dan dilakukan atas kehendak diri sendiri, bebas tanpa paksaan dengan bertujuan untuk memperoleh kesenangan pada waktu mengadakan kegiatan tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis akan menjabarkan secara ringkas mengenai konsep yang berjudul “efektifitas teknik *self management* dalam menangani kecanduan *game online* remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone - Bone Kabupaten Luwu Utara”

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### *A. Penelitian Terdahulu yang Relevan*

Peneliti mendapatkan perbedaan dan persamaan dalam judul yang akan penulis teliti, antara lain :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Halimatus Sa'diyah, dkk, 2016 yang berjudul "Penerapan teknik self management untuk mereduksi agresifitas remaja". Jurnal Ilmiah Counsellia, Volume 6 No. 2, November 2016 : 67-78. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari analisis data dan pembahasan, maka dapat disimpulkan penerapan teknik Self Management dapat mereduksi agresifitas remaja kelas VII SMP Negeri 2 Geger Kabupaten Madiun.<sup>21</sup> Persamaan antara penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti terletak pada variabel bebas, yakni menggunakan teknik *self management*. Sementara perbedaan antara penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti terletak pada variabel terikat. Yaitu pada penelitian tersebut variabel terikatnya adalah mereduksi agresifitas remaja, sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti variabel terikatnya adalah kecanduan *game online*. Perbedaan lainnya terletak pada metode penelitian yaitu penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah dengan menggunakan metode Pra-eksperimental (*Pre-Experimental*)

---

<sup>21</sup>Halimatus Sa'diyah, dkk, "Penerapan Teknik Self Management Untuk Mereduksi Agresifitas Remaja", (*Jurnal Ilmiah Counsellia*, Volume 6, Nomor 2, 2016), h. 1.



*Design*) dengan bentuk *one-group pretest* dan *one-group posttest*. Sedangkan pada penelitian tersebut menggunakan metode eksperimen.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Masnurrima Heriansyah, Dydik Kurniawan, 2017. Yang berjudul "Bimbingan kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan tanggung jawab belajar mahasiswa". Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia. Penelitian ini menggunakan *pre experimental design* dengan jenis *one group pre-test* dan *post-test design*. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *self management* dapat meningkatkan tanggung jawab belajar mahasiswa.<sup>22</sup> Persamaan antara penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti ialah sama-sama menggunakan jenis penelitian *pre experimental design* dengan jenis *one group pre-test* and *post-test design*. Sementara itu, perbedaan antara penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti adalah variabel bebas. Pada penelitian di atas, variabel bebasnya adalah meningkatkan tanggung jawab belajar mahasiswa. Sedangkan pada penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti variabel bebasnya ialah kecanduan *game online*.

---

<sup>22</sup>Masnurrima Heriansyah, Dydik Kurniawan, "Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Mahasiswa", (*Skripsi Universitas Mulawarman, Samarinda, Indonesia*. 2017), h. 1.

## B. *Kajian Pustaka*

### 1. Teknik *Self Management*

#### a. Pengertian Teknik *Self Management*

Nurdjana Alamri dalam penelitiannya yang dikutip dari Cormier&Cormier bahwa *self management* atau pengelolaan diri adalah suatu strategi perubahan perilaku yang dalam prosesnya konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik teurapetik.<sup>23</sup> Dalam penelitian yang dilakukan oleh Naipa Hanum dan Asiah yang dikutip menurut J.B. Watson, yang dikutip dari Gie bahwa pendekatan behavioristik merupakan salah satu teori psikologi yang fokus materi kajiannya hanyalah prilaku nyata (*over behavior*), tidak terkait dengan hubungan kesadaran atau kontruksi mental lainnya. Selain itu juga merupakan cabang ilmu pengetahuan alam yang secara penuh bersifat *exprimental* dan objektif dengan tujuan untuk meramalkan dan mengontrol prilaku.<sup>24</sup>

Gie, menurutnya teknik *self management* berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk hal hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi kehidupan agar lebih sempurna.<sup>25</sup> Sedangkan pada penelitian Fajriani, dkk, bahwa teknik *self management* yaitu perubahan perilaku maupun kebiasaan konseli

---

<sup>23</sup>Nurdjana Alamri, "Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah (Studi Pada Siswa Kelas X Sma 1 Gebog Tahun 2014/2015)", (*Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Volume 1, Nomor 1, 2015), h. 3.

<sup>24</sup>Gie, "Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Self Management Terhadap Pola Hidup Bersih Dan Sehat Siswa Di Kelas VII SMP Negeri 1 Percut Sei Tuan T.A 2016/2017", (*Jurnal BK Unesa*, Volume 10. Nomor 2, 2017), h. 52.

<sup>25</sup>*Ibid.*

dengan cara mengatur dan memantau, yang dilakukan oleh konseli dalam bentuk latihan pemantauan diri, pengendalian rangsangan serta pemberian penghargaan pada diri sendiri tanpa paksaan orang lain.<sup>26</sup>

Nikmatus Sholihah, teknik *self management* adalah menunjuk pada suatu teknik dalam terapi kognitif behaviorial berlandaskan pada teori belajar yang dirancang untuk membantu para klien mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah tingkah laku yang lebih efektif, sering dipadukan dengan ganjar diri.<sup>27</sup> Ni Pipi Suwardani, dkk, teknik *self management* adalah teknik menata perilaku individu yang bertujuan untuk mengarahkan dan mengelola dirinya agar dapat mencapai kemandirian dan hidupnya berjalan dengan produktif.<sup>28</sup> Insan Suwanto, teknik *self management* melibatkan pemantauan diri, penguatan yang positif, kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri dan penguasaan terhadap rangsangan. *Self management* berkenaan dengan kesadaran dan keterampilan untuk mengatur keadaan sekitarnya yang mempengaruhi tingkah laku individu. *Self management* adalah suatu proses dimana klien mengarahkan sendiri perubahan perilakunya dengan satu strategi atau gabungan strategi.<sup>29</sup> Sedangkan

---

<sup>26</sup>Fajriani, dkk, "Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa: Studi Kasus Di Sma Negeri 5 Banda Aceh", (*Jurnal Unsyiah*, Volume 10, Nomor 2), 2016, h. 95-96.

<sup>27</sup>Nikmatus Sholihah, "Penerapan Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Pada Siswa Tunadaksa Cerebral Palsy Kelas IV SDLB-D YPAC Surabaya", (*Jurnal BK Unesa*, Volume 3, Nomor 1, 2013), h. 4.

<sup>28</sup>Ni Pipi Suwardani, dkk, "Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Kelas VIII B3 SMP Negeri 4 Singaraja", (*eJurnal Undiksha*, Volume 2, Nomor 1, 2014), h. 4.

<sup>29</sup>Insan Suwanto, "Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK", (*Journal.stkipsingawang*, Volume 1, Nomor 1, 2016), h. 3.

menurut Abdullah pada teknik *self management* Terdapat kekuatan psikologis didalamnya yang memberi arah pada individu untuk mengambil keputusan dan menentukan pilihannya serta menetapkan cara-cara yang efektif dalam mencapai tujuannya.<sup>30</sup>

Jadi, teknik *self management* merupakan serangkaian teknis untuk mengubah perilaku, pikiran dan perasaan. untuk membantu konseli dalam mengatur, memantau, mengarahkan maupun mengendalikan diri sendiri untuk menyelesaikan permasalahan atau mencapai tujuan tertentu demi kehidupan yang lebih baik dan efektif melalui proses belajar tingkah laku baru. Berikut ini langkah-langkah yang diterapkan dalam pemberian teknik *self management* sebagai berikut : 1) tahap penelitian diri, 2) tahap penilaian diri, 3) tahap pemberian penguatan, penghapusan dan hukuman.

#### b. Tujuan Teknik *Self Management*

Dyah Ayu Retnowulan menyebutkan bahwa tujuan dari strategi pengelolaan diri (*self management*) ini adalah agar individu secara teliti dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku yang mereka hendak hilangkan dan belajar untuk mencegah timbulnya perilaku atau masalah yang tidak dikehendaki.<sup>31</sup> Rismanto, bahwa teknik *self management* berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan

---

<sup>30</sup>Abdullah, Dkk, "Upaya Mereduksi Perilaku Prokrastinasi Akademik Melalui Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management (Studi Kasus Di Kelas XI SMA Negeri 2 Palu)", (*Jurnal Untad*, Volume 1, Nomor 2, 2016), h. 5.

<sup>31</sup>Dyah Ayu Retnowulan, "Penerapan Strategi Pengelolaan Diri (Self Management) Untuk Mengurangi Kenakalan Remaja Korban Broken Home", (*Jurnal BK Unesa*, Volume 03, Nomor 01, 2013), h. 336-337.

pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna.<sup>32</sup> Selain itu pada penelitian yang juga dilakukan oleh M. Sukayasa, dkk, bahwa tujuan dari teknik *self management* adalah pengembangan perilaku yang lebih adaptif dari konseli. Konsep dasar dari *self management* adalah : (a) proses pengubahan tingkah laku dengan satu atau lebih strategi melalui pengelolaan tingkah laku internal dan eksternal individu, (b) penerimaan individu terhadap program perubahan perilaku menjadi syarat yang mendasar untuk menumbuhkan motivasi individu, dan (c) partisipasi individu untuk menjadi agen perubahan menjadi hal yang sangat penting, mempertahankan hasil akhir dengan jalan mendorong individu untuk menerima tanggung jawab menjalankan strategi dalam kehidupan sehari-hari.<sup>33</sup>

Tujuan dari teknik *self management* adalah upaya dalam membantu seseorang atau konseli dalam menyelesaikan masalahnya. Proses pengubahan perilaku menjadi perilaku yang lebih adaptif untuk mencapai kemajuan diri.

#### c. Langkah-langkah Teknik *Self Management*

Gantina Komalasari, menurutnya bahwa teknik Pengelolaan diri (*self management*) adalah prosedur di mana individu mengatur perilakunya sendiri. Dalam hal ini, langkah-langkah teknik *self management* yang akan diterapkan

---

<sup>32</sup>Rismanto, "Meningkatan Self Management Dalam Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modelling", (*Jurnal Penelitian Tindakan BK*, Volume 02, Nomor 01, 2016), h. 33.

<sup>33</sup>M. Sukayasa, dkk, "Penerapan Teori Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa Kelas Xi C Ap Smk Negeri 1 Singaraja", (*eJurnal Undiksha*, Volume 2, Nomor 1, 2014), h. 3.

oleh peneliti dalam menangani remaja yang kecanduan *game online* dikuatkan dalam penjelasan Gantina. Menurut Gantina *self management* biasanya dilakukan dengan mengikuti langkah-langkah sebagai berikut: 1) tahap monitor diri atau observasi diri, 2) tahap evaluasi diri, dan 3) tahap pemberian penguatan dan penghapusan.<sup>34</sup> Berikut ini langkah-langkah teknik *self management* menurut Gantina :

1) Tahap monitor diri atau observasi diri.

Tahap ini klien dengan sengaja mengamati tinglah lakunya sendiri serta mencatatnya dengan teliti. Catatan ini dapat menggunakan daftar cek atau catatan observasi. Hal-hal yang perlu diperhatikan klien dalam mencatatat tingkahlakunya adalah frekuensi, intensitas, dan durasi tingkah laku.

2) Tahap evaluasi diri

Tahap ini para klien membandingkan hasil catatan tingkahlaku dengan target tingkahlaku yang telah dibuat. Perbandingan ini dilakukan untuk mengevaluasi efektifitas dan efisien program. Bila program tersebut tidak berhasil maka perlu ditinjau kembali program tersebut, apakah target tingkah laku yang ditetapkan memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, perilaku yang ditargetkan tidak cocok atau penguatan yang diberikan tidak sesuai.

3) Tahap pemberian penguatan dan penghapusan

Tahap ini para klien mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan pada diri. Tahap ini merupakan tahap yang paling sulit karena membutuhkan kemauan

---

<sup>34</sup>Gantina Komalasari. h. 174.

yang kuat dari siswa untuk melaksanakan program yang telah dibuat secara bertahap.<sup>35</sup>

Peneliti memiliki langkah-langkah tersendiri dalam melakukan teknik *self management*. Langkah-langkah yang diterapkan dalam pemberian teknik *self management* sebagai berikut : 1) tahap penelitian diri, 2) tahap penilaian diri, 3) tahap pemberian penguatan, penghapusan dan hukuman.

Berikut ini langkah-langkah teknik *self management*:

1) Tahap penelitian diri

Tahap ini klien yang bersangkutan diharuskan untuk mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya sendiri dalam interaksinya dengan lingkungan. Dalam pemantauan diri ini biasanya klien mengamati dan mencatat perilaku masalah, mengendalikan penyebab terjadinya masalah dan menghasilkan konsekuensi, serta waktu atau durasi tingkah laku selama berinteraksi dengan lingkungan.

2) Tahap penilaian diri

Tahap ini klien membandingkan perilaku sebelumnya dengan perilakunya saat ini. Hal ini dilakukan agar klien dapat berfikir secara objektif dan realistis serta secara tepat menilai perilakunya sendiri. Bila program tersebut tidak berhasil maka perlu ditinjau kembali program tersebut, apakah target tingkah laku yang ditetapkan memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, perilaku yang ditargetkan tidak cocok atau penguatan yang diberikan tidak sesuai.

---

<sup>35</sup>Mimi Ulfa, dkk, h. 15.

### 3) Tahap pemberian penguatan, penghapusan dan hukuman

Klien mengatur dirinya memberikan penguatan, menghapus dan memberikan hukuman pada diri sendiri. Tahap ini merupakan tahap yang paling sulit karena membutuhkan kemauan yang kuat dari individu untuk melaksanakan program yang telah dibuat secara bertahap. Setelah menerapkan langkah-langkah tersebut, konselor dapat menyimpulkan apakah ada perubahan sebelum dan setelah diberikannya perlakuan.

#### d. Kelebihan Dan Kekurangan Teknik *Self Management*

Faiqotul Isnaini dan Taufiq dalam penelitiannya yang mengutip dari Cormier, menurutnya kelebihan strategi teknik “*self management*” yaitu penggunaan strategi pengelolaan diri dapat meningkatkan pengamatan seseorang dalam mengontrol lingkungannya serta dapat menurunkan ketergantungan seseorang pada konselor atau orang lain, pendekatan yang murah dan praktis, mudah digunakan, dan menambah proses belajar secara umum dalam berhubungan dengan lingkungan baik pada situasi bermasalah atau tidak.<sup>36</sup>

Muya Barida yang mengutip dari Cormier menurutnya kelebihan strategi “*self management*” yaitu penggunaan strategi pengelolaan diri dapat meningkatkan pengamatan seseorang dalam mengontrol lingkungannya serta dapat menurunkan ketergantungan seseorang pada konselor atau orang lain, pendekatan yang murah dan praktis, mudah digunakan, dan menambah proses belajar secara umum dalam berhubungan dengan lingkungan baik pada situasi

---

<sup>36</sup>Faiqotul Isnaini, Taufiq, h. 35.



bermasalah atau tidak.<sup>37</sup> Dalam penelitian yang juga dilakukan oleh Muya Barida, menurutnya kendala pengelolaan diri adalah: kurangnya motivasi dan komitmen pada individu, target perilaku seringkali bersifat pribadi dan persepsinya sangat subjektif terkadang sulit dideskripsikan sehingga konselor sulit untuk menentukan cara memonitor dan mengevaluasi, lingkungan sekitar dan keadaan diri individu di masa mendatang sering tidak dapat diatur dan diprediksikan dan bersifat kompleks. Individu bersifat independen, konselor memaksakan program pada klien, tidak ada dukungan dari lingkungan.<sup>38</sup>

Secara praktis, teknik *self management* memiliki keunggulan antara lain menambah pemahaman individu terhadap lingkungan dan mengurangi ketergantungan terhadap konselor atau yang lain, pendekatan yang mudah praktis. Teknik ini dapat diterapkan dalam layanan konseling untuk mencapai suatu tujuan.

## 2. *Game Online*

### a. Pengertian *Game Online*

Rika Agustina Amanda menjelaskan bahwa secara terminologi *game online* berasal dari dua kata, yaitu *game* dan *online*. *Game* adalah permainan dan *Online* adalah terhubung dengan *internet*. Jadi, dapat disimpulkan *game online* adalah *game* yang terhubung dengan koneksi *internet* atau LAN (*Local Are*

---

<sup>37</sup>Muya Barida, Hardi Prasetiawan, "Urgensi Pengembangan Model Konseling Kelompok Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kecerdasan Moral Siswa SMP", (*eJournal.stkipmpringsewu*, Volume 4, Nomor 1, 2018), h. 32.

<sup>38</sup>*Ibid*, h. 33.

*Network*) sehingga pemainnya dapat terhubung dengan pemain lainnya yang memainkan permainan yang sama.<sup>39</sup>

Rika Agustina Amanda pada penelitiannya bahwa *game online* adalah suatu bentuk permainan yang dihubungkan melalui jaringan *internet*. *Game online* tidak terbatas pada perangkat yang digunakan, *game online* bisa dimainkan di komputer, laptop, *smartphone* bahkan tablet sekalipun. Asal *gadget* itu terhubung dengan jaringan *internet*, *game online* dapat dimainkan.<sup>40</sup> Drajat Edy Kurniawan mengemukakan bahwa *game online* adalah permainan dengan jaringan, dimana interaksi antara satu orang dengan yang lainnya untuk mencapai tujuan, melaksanakan misi, dan meraih nilai tertinggi dalam dunia virtual.<sup>41</sup> Menurut Melani, *Game online* merupakan salah satu bentuk komunikasi dan merupakan media permainan berbasis web untuk hiburan dan memecahkan masalah. Adanya intensitas interaksi yang terjadi dalam *game online* antara pemain dengan komputer maupun antara pemain dengan pemain lainnya dapat menimbulkan agresivitas.<sup>42</sup>

Kecanduan *game online* adalah suatu perilaku yang berlebihan, dilakukan secara terus-menerus dan berulang-ulang untuk memainkan salah satu permainan

---

<sup>39</sup>Rika Agustina Amanda, "Pengaruh Game Online Terhadap Perubahan Perilaku Agresif Remaja Di Samarinda", (*eJournal Ilmu Komunikasi*, Volume 4, Nomor 3, 2016), h. 293.

<sup>40</sup>*Ibid.*

<sup>41</sup>Drajat Edy Kurniawan, "Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta", (*Jurnal Konseling Gusjigang*, Volume 3, Nomor 1, 2017), h. 99.

<sup>42</sup>Melani, "Interaksi Antara Players Game Online Dota2 (Studi Deskriptif Kualitatif Pada Team Dafak Di Cyber Cafe Atmosphere Bandung", (*Jurnal Ilmiah Mahasiswa Univ. Surabaya*, Volume 3, Nomor 3, 2016), h. 3941.

dari internet sehingga mengalami kecanduan atau kebiasaan. Serta perbuatan yang mengandung keasyikan dan dilakukan atas kehendak diri sendiri, bebas tanpa paksaan dengan bertujuan untuk memperoleh kesenangan pada waktu mengadakan kegiatan tersebut.

Bermain *game online* membuat remaja senang karena mendapatkan kepuasan tersendiri, sehingga membuat remaja semakin tertarik untuk memainkan game online secara terus-menerus. *Game online* merupakan permainan yang dapat diperoleh dari koneksi internet yang juga dapat menghubungkan pemain dengan pemain lain dalam permainan yang sama. Bermain merupakan gejala yang umum dialami baik di lingkungan anak-anak, remaja, maupun orang dewasa.

Dwi Christina Rahayuningrum, motivasi bermain *game online* yaitu suatu kondisi di dunia nyata yang menekan sehingga menjadi sarana yang mendorong untuk bermain *games*.<sup>43</sup> Dalam penelitian Dwi Christina Rahayuningrum, dikutip dari Yee, menurutnya *gamer* dengan nilai motivasi sosial yang tinggi akan mempunyai ketertarikan dalam menolong pemain lain, memiliki hasrat untuk menjalin pertemanan dengan pemain lain, dan merasa puas jika menjadi bagian dari kelompok. Ketika seorang *gamer* merasa nyaman dengan kelompoknya sesama *gamer*, individu dengan motivasi sosial akan sulit mengendalikan dirinya dalam bermain *game*. Saat ini banyak *game online* yang menuntut adanya kerjasama antar pemain, bahkan harus membentuk suatu koloni untuk dapat menyelesaikan misi dalam *game* tersebut. Hal ini mungkin saja dapat menjadi kompensasi bagi seorang *gamer* yang tidak memiliki lingkungan sosial yang baik

---

<sup>43</sup>Dwi Christina Rahayuningrum, "Hubungan Motivasi Bermain Game Online Dengan Adiksi Game Online Pada Remaja", (*Jurnal Syedzasaintika*, Volume 8, Nomor 1), h. 13

di dunia nyata. Sehingga ia mengalihkan hasrat sosialnya tersebut dengan bermain *game online*.<sup>44</sup> *Game online* merupakan aplikasi yang berupa petualangan, pengaturan strategi, stimulus dan bermain peran yang memiliki aturan main dan tingkatan-tingkatan tertentu. Bermain *game online* membuat pemain merasa senang karena mendapat kepuasan tersendiri, kepuasan yang diperoleh dari *game* tersebut akan membuat semakin tertarik dalam memainkannya.

b. Jenis-Jenis *game online*

Jenis *game online* yang biasa dimainkan oleh para remaja adalah jenis FPS (*First Person Shooter*) yang berisi peperangan, *game aksi (games action)*, *game petualangan (adventure)* seperti bercocok-tanam dan berternak, *life simulation game* (permainan yang memiliki karakter yang dapat melakukan kegiatan-kegiatan yang biasa dilakukan manusia didunia nyata).<sup>45</sup>

Sekarang ini banyak sekali *game online* pada *gadget* yang menyediakan fitur komunitas *online*, sehingga menjadikan *game online* sebagai aktivitas sosial. *Game-game* semacam ini biasanya lebih diminati dari pada *single player games (game pemain tunggal)* karena dirasa lebih memiliki tantangan serta kepuasan batin dapat mengalahkan orang lain, ditambah lagi dengan kemajuan teknologi saat ini *game online* yang biasanya dimainkan pada komputer sekarang dapat dimainkan pada *gadget-gadget* yang semakin canggih.

---

<sup>44</sup>*Ibid*, h.14.

<sup>45</sup>Gerry F. Kapoh,"Perilaku Sosial Individu Pemain Game Online "Perfect World" di Desa Sea Satu", (*Jurnal Holistik*, Volume 6, Nomor 15), h. 5.

c. Ciri-Ciri Remaja yang Kecanduan *Game Online* di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara

Hardi Prasetiawan, pengaruh negatif pemanfaatan internet perlu diminimalisir. Ciri-ciri seorang anak yang sudah kecanduan internet umumnya antara lain :

- 1) merasa terikat dengan *game online* (memikirkan mengenai aktivitas online pada saat sedang offline atau mengharapakan sesi online berikutnya,
- 2) memainkan *game online* dengan lama waktu lebih dari 14 jam per minggu dan hanya memainkan satu jenis atau tipe game saja,
- 3) merasa kebutuhan bermain *game online* dengan jumlah waktu yang terus meningkat untuk mencapai sebuah kegembiraan yang diharapkan,
- 4) merasa gelisah, murung, depresi, atau lekas marah ketika mencoba untuk mengurangi atau menghentikan bermain *game online*,
- 5) berbohong pada anggota keluarga, terapis atau orang lain untuk menyembunyikan seberapa jauh terlibat dengan *game online*,
- 6) bermain *game online* sebagai suatu cara untuk melarikan diri dari masalah-masalah atau untuk mengurangi suatu kondisi perasaan yang menyusahkan (misal perasaan-perasaan tidak berdaya, bersalah, cemas, stres dan depresi).<sup>46</sup> Selain itu ada beberapa ciri-ciri seseorang dikatakan *gamers* atau kecanduan terhadap *game online* seperti selalu memikirkan tentang game, mencari waktu untuk bisa bermain

---

<sup>46</sup>Hardi Prasetiawan, "Upaya Mereduksi Kecanduan Game Online Melalui Layanan Konseling Kelompok", (*Jurnal Fokus Konseling*, Volume 2, Nomor 2, 2016), h. 117.

*game*, meminta perangkat *game*, pandai menyimpan uang jajan untuk bermain *game*.

Ciri-ciri remaja yang kecanduan *game online* di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara dapat ditinjau dari frekuensi bermain *game online* (memiliki tingkat kesenangan dalam bermain *game online* dan memiliki tinggi rendahnya intensitas saat bermain *game online*), kepuasannya ketika bermain *game online* dan gaya hidup dari individu yang bermain *game online* (perubahan hubungan sosialisasi dan perubahan pola tidur).

d. Faktor Penyebab Remaja Kecanduan *Game Online* di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara.

Hardiansyah Masya dan Dian Adi Candra, menjelaskan bahwa terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang menyebabkan adiksi remaja terhadap *game online*. Faktor-faktor internal yang dapat menyebabkan terjadinya adiksi terhadap *game online*, sebagai berikut :

1) keinginan yang kuat dari diri remaja untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam *game online*, karena *game online* dirancang sedemikian rupa agar *gamer* semakin penasaran dan semakin ingin memperoleh nilai yang lebih tinggi

2) rasa bosan yang dirasakan remaja ketika berada di rumah atau di sekolah

3) ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktifitas penting lainnya juga menjadi penyebab timbulnya adiksi terhadap *game online*

4) kurangnya *self control* dalam diri remaja, sehingga remaja kurang mengantisipasi dampak negatif yang timbul dari bermain *game online* secara berlebihan

Sedangkan faktor-faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya adiksi bermain *game online* pada remaja sebagai berikut :

- 1) lingkungan yang kurang terkontrol, karena melihat teman-temannya yang lain banyak yang bermain *game online*
- 2) kurang memiliki hubungan sosial yang baik, sehingga remaja memilih alternatif bermain *game* sebagai aktifitas yang menyenangkan
- 3) harapan orang tua yang melabung terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai kegiatan seperti kursus-kursus atau les-les, sehingga kebutuhan primer anak, seperti kebersamaan, bermain dengan keluarga menjadi terlupakan.<sup>47</sup>

Harvien Amellia Hardanti, dkk, dalam penelitiannya yang dikutip dari Yee, mengemukakan dua faktor yang memengaruhi seseorang kecanduan *game online*, yaitu faktor atraksi dan faktor motivasi. Faktor atraksi yaitu faktor yang mendorong penggunaan waktu dan keterikatan pribadi terhadap *game online*, antara lain lingkaran penghargaan (*reward*) yang terelaborasi di dalam *game online* dan jaringan relasi pemain yang kian bertambah seiring *game online* dimainkan. Sedangkan faktor motivasi adalah tekanan pada saat tidak menggunakan *game online* atau masalah yang membuat *game online* sebagai tempat pelarian, antara lain: aspek motivasi berprestasi (*achievement*), motivasi sosial (*social*), dan motivasi penghayatan (*immersion*). Pada tahun 2007, Yee mengembangkan penelitian mengenai faktor motivasi bermain *game online* yang dibagi menjadi 10 sub komponen, antara lain: dorongan memajukan karakter

---

<sup>47</sup>Hardiansyah Masya, Dian Adi Candra, "Faktor – faktor yang mempengaruhi perilaku gangguan kecanduan game online pada peserta didik kelas X di madrasah aliyah al furqon prabumulih tahun pelajaran 2015/2016", (*Jurnal bimbingan dan konseling*, Volume 03. Nomor 1, 2016), h. 156.

pemain (*advancement*), mengenal teknik *game* (*mechanics*), berkompetisi (*competition*), bersosialisasi (*socializing*), mempunyai hubungan yang dalam dan bermakna (*relationship*), kecenderungan bekerjasama menjadi bagian dari suatu kelompok (*teamwork*), keinginan untuk menemukan hal-hal baru (*discovery*), mendalami karakter permainan (*roleplaying*), menciptakan keunikan (*customization*), dan pelarian (*escapism*).<sup>48</sup>

Faktor penyebab remaja kecanduan *game online* di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara, salah satunya karena *gamer* tidak akan pernah bisa menyelesaikan permainan sampai tuntas. Selain itu, karena sifat dasar manusia yang selalu ingin menjadi pemenang dan bangga semakin mahir akan sesuatu termasuk sebuah permainan. Dalam *game online* apabila point bertambah, maka objek yang akan dimainkan akan semakin hebat, dan kebanyakan orang senang sehingga menjadi pecandu. Penyebab lain yang dapat ditelusuri adalah kurangnya pengawasan dari orang tua, dan pengaruh globalisasi dari teknologi yang memang tidak bisa dihindari.

Faktor tersebut telah tercantumkan dalam instrumen pengukuran kualitas kecanduan *game online* remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara yang berupa indikator dari kecanduan *game online* yaitu frekuensi bermain *game online*, kepuasan dan gaya hidup.

#### e. Dampak Bermain *Game Online* Pada Remaja

Anfusina memaparkan bahwa dampak positif dari bermain *game online* yaitu mengembangkan kemampuan dalam mengatur kelompok dan

---

<sup>48</sup>Harvien Amellia Hardanti, dkk, h. 168-169.



memimpinnya, mengembangkan optimisme, mampu berdamai dengan frustrasi dan kecemasan dengan cara yang adaptif.<sup>49</sup> Selain itu, menurut Nofianti bahwa dampak positif dari bermain *game online* adalah mampu meningkatkan konsentrasi dan kefokuskan, Melatih respon dan kecepatan berpikir seseorang. Karena dalam bermain *game online*, pemain dituntut untuk mengatur strategi dalam waktu singkat sehingga permainan dapat berproses dengan maksimal. Serta *game online* dapat menghubungkan pemain dengan pemain lain diseluruh dunia sehingga dapat bertegur sapa dan bersosialisasi dengan mereka. *Game online* dapat mendorong remaja menjadi cerdas, karena pemain *game online* menuntut adanya analisa yang kuat dan perencanaan strategi yang tepat agar bisa menyelesaikan permainan dengan baik. Kelebihan yang bisa di peroleh oleh remaja dalam bermain *game online* adalah meningkatkan konsentrasi.<sup>50</sup>

Anita Nurazmi, dkk, menjelaskan bahwa semakin kecanduan seorang remaja terhadap *game online* maka semakin rendah keterampilan sosialnya. Orang yang kecanduan *game online* akhirnya cenderung asik dengan dunianya sendiri bahkan sampai tidak peduli dengan lingkungan sekitarnya. Hal ini sudah menunjukkan bahwa kecanduan bermain *game online* memberikan dampak negatif bagi kehidupan emosional remaja.<sup>51</sup> Randes Hestu Putra Wijayanto dalam penelitiannya dikutip dari Douglas menjelaskan bahwa bermain *game* akan

---

<sup>49</sup>Anfusina, "Memahami Kecanduan Game Online Melalui Pendekatan Neurobiologi", (*eJournal Radenintan*, Volume 01, Nomor 01, 2018), h. 9.

<sup>50</sup>Nofianti, "Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Akhir", (*eJournal StikesNH*, Volume 12, Nomor 2, 2018), h. 182.

<sup>51</sup>Anita Nurazmi, dkk, "Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Terhadap Regulasi Emosi Pada Remaja", (*Jurnal JOM FKP*, Volume 05, Nomor 02, 2018), h. 556.

menyebabkan anak-anak mengalami kecanduan, depresi, dan fobia sosial.<sup>52</sup> Dampak negatif lainnya yang ditimbulkan adalah adanya rasa malas dalam diri untuk melakukan aktifitas lainnya. Cenderung boros yakni membelanjakan uang tabungan hanya untuk membeli paket internet secara berlebihan dan terus-menerus. Ketidakmampuan dalam mengontrol emosional, mudah marah ketika permainannya tidak berlangsung dengan lancar. Selain itu dapat membuat pemainnya lupa waktu untuk makan, beribadah dan istirahat. Dengan terlalu sering berhadapan dengan monitor atau layar *smartphone* secara mata telanjang dapat membuat mata menjadi *minus*. Bahkan, terkadang lebih merelakan sekolahnya untuk bermain *game online* (bolos sekolah).

### 3. Remaja

#### a. Pengertian Remaja

Shavira Tresna Ayu Puspita, dkk, berpendapat bahwa masa remaja adalah suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang menghubungkan masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Masa remaja dibagi menjadi dua fase yaitu masa remaja awal yang dimulai pada usia 10-12 tahun, dan masa remaja akhir pada usia antara 18-22 tahun.<sup>53</sup> Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Khamim Zarkasih Putro, berpendapat bahwa pada masa remaja terjadi proses perkembangan meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual dan juga terjadi perubahan dalam hubungan dengan

---

<sup>52</sup>Randes Hestu Putra Wijayanto, h. 323.

<sup>53</sup>Shavira Tresna Ayu Puspita, dkk, "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja Akhir", (*Jurnal Mahasiswa UNESA*, Volume 05, Nomor 01, 2018), h. 1.

orangtua dan cita-cita mereka, di mana pembentukan cita-cita merupakan proses pembentukan orientasi masa depan.<sup>54</sup>

Sarlito W. Sarwono, pada 1974 Badan Kesehatan Dunia (WHO) memberikan definisi tentang remaja yang lebih konseptual. Dalam definisi tersebut dikemukakan tiga kriteria, yaitu biologis, psikologis dan sosial ekonomi. Sehingga secara lengkap definisi tersebut berbunyi sebagai berikut. Remaja adalah suatu masa dimana :

- 1) Individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda – tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual
- 2) Individu mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa
- 3) Terjadi peralihan dari ketergantungan sosial-ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri.<sup>55</sup>

Masa remaja merupakan masa transisi dalam diri seorang individu dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Dalam hal ini ditandai secara psikologis, biologis dan sosial-ekonomi.

#### b. Tugas - Tugas Perkembangan Masa Remaja

Wenny Hulukati dan Moh. Rizki Djibrani, bahwa tugas-tugas perkembangan masa remaja adalah :

- 1) mampu menerima keadaan fisik
- 2) mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa

---

<sup>54</sup>Khamim Zarkasih Putro, "Memahami Ciri Dan Tugas Masa Remaja", (*eJournal UIN*, Volume 17, Nomor 1, 2017), h. 25.

<sup>55</sup>Sarlito W. Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta : PT Rajagrafindo Persada, 2012), h. 11-12.

3) mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis

4) mencapai kemandirian emosional

5) mencapai kemandirian ekonomi

6) mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat

7) memahami dan meninternalisasikan nilai – nilai orang dewasa dan orang tua

8) mengembangkan perilaku tanggung jawab sosial yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa

9) mempersiapkan diri untuk memasuki perkawinan

10) memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga.<sup>56</sup>

Apabila tugas perkembangan sosial ini dapat dilakukan dengan baik, remaja tidak akan mengalami kesulitan dalam kehidupan sosialnya serta akan membawa kebahagiaan dan kesuksesan dalam menuntaskan tugas perkembangan untuk fase-fase berikutnya. Sebaliknya, manakala remaja gagal menjalankan tugas-tugas perkembangannya akan membawa akibat negatif dalam kehidupan sosial fase-fase berikutnya, menyebabkan ketidakbahagiaan pada remaja yang bersangkutan, menimbulkan penolakan masyarakat, dan kesulitan-kesulitan dalam menuntaskan tugas-tugas perkembangan berikutnya.

---

<sup>56</sup>Wenny Hulukati, Moh. Rizki Djibrani, "Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo", (*Jurnal Psikologi dan Perkembangan*, Volume 02, Nomor 01, 2018), h. 75.

#### 4. Pandangan Islam terhadap *Game Online*

Islam memandang suatu permainan berdasarkan manfaat serta tujuan dari perilaku tersebut dengan syarat tidak *Isyraf* yakni menghabiskan kemampuan yang dimiliki untuk memenuhi hawa nafsunya.<sup>57</sup> Sesungguhnya makhluk Allah di muka bumi ini termasuk manusia tak lain ialah untuk senantiasa mengabdikan kepada-Nya. Hal ini jelas tercantum dalam Q.S. az-Zariyat/51:56

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ٥٦

Terjemahnya :

“Dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdikan kepada-Ku”.<sup>58</sup>

Allah juga memerintahkan hambanya untuk selalu bertawakkal dan melaksanakan perintah-Nya. Seperti dalam Q.S. asy-Syu'ara/26:108

فَاتَّقُوا اللَّهَ وَأَطِيعُوا ١٠٨

Terjemahnya:

“maka bertakwalah kepada Allah dan taatlah kepadaku”.<sup>59</sup>

Kedua ayat di atas dapat disimpulkan bahwa sebagai manusia kita tidak seharusnya lalai untuk melaksanakan kewajiban serta selalu patuh kepada sang pencipta. Namun demikian, Islam adalah agama yang menghormati kodratnya manusia yang menyukai keindahan dan yang lainnya yang dianggap dapat

---

<sup>57</sup>Fatwa Tarjih, *Bagaimana Hukum Bermain game Online*, <http://www.muhammadiyah.or.id/id.news-13038>. (Diakses 9 Juli 2019).

<sup>58</sup>Kementrian Agama RI, *Al'Quran dan Terjemahan*, (Surabaya: Halim Publishing & Distributing, 2014), h. 523.

<sup>59</sup>Kementrian Agama RI, *Al'Quran dan Terjemahan*, (Surabaya: Halim Publishing & Distributing, 2014), h. 371.

menghibur. Jadi Islam tidak mengharamkan hal tersebut. Dengan syarat bahwa hal tersebut haruslah didapatkan dan dilakukan dengan cara baik dan benar menurut Islam.<sup>60</sup>

*Game* merupakan salah satu sarana hiburan yang dapat melepaskan rasa lelah dan rasa jenuh. Jadi sah-sah saja jika dilakukan. Namun, jangan sampai bermain secara berlebihan. Hal ini sudah jelas bahwa Allah swt melarang siapapun melakukan sesuatu secara berlebihan. Hal ini tercantum dalam Q.S. al-Maidah/5: 87

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا لَا تُحَرِّمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَلَا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ ۝ ٨٧

Terjemahnya:

“Hai orang-orang yang beriman, janganlah kamu haramkan apa-apa yang baik yang telah Allah halalkan bagi kamu, dan janganlah kamu melampaui batas. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas”.<sup>61</sup>

حَدَّثَنَا قُتَيْبَةُ بْنُ سَعِيدٍ وَأَبُو بَكْرِ بْنُ أَبِي شَيْبَةَ كِلَاهُمَا عَنْ ابْنِ عُيَيْنَةَ وَاللَّفْظُ لِقُتَيْبَةَ حَدَّثَنَا سُفْيَانُ عَنْ ابْنِ مُحَيْصِنٍ شَيْخٍ مِنْ قُرَيْشٍ سَمِعَ مُحَمَّدَ بْنَ قَيْسٍ بْنِ مَخْرَمَةَ يُحَدِّثُ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَارِبُوا وَسَدِّدُوا فِي كُلِّ مَا يُصَابُ بِهِ الْمُسْلِمُ كَفَّارَةً حَتَّى النَّكْبَةِ يُنْكَبُهَا أَوْ الشُّوْكَةَ يُشَاكُّهَا. (رواه مسلم)<sup>62</sup>

---

<sup>60</sup>Fatwa Tarjih, *Bagaimana Hukum Bermain Game Online*, <http://www.Muhammadiyah.or.id/id/news-13038>, (Diakses tanggal 9 Juli 2019).

<sup>61</sup>Kementrian Agama RI, *Al'Quran dan Terjemahan*, (Surabaya: Halim Publishing & Distributing, 2014), h. 122.

<sup>62</sup>Muslim bin al-Hajjaj bin Muslim al-Qusyairi, *Shahih Muslim*, (Cet. II; Riyad}: Dar al-Hadarah Linnasyr wa al-Tauzi', 2015), h. 828

Artinya:

“Telah menceritakan kepada kami Qutaibah bin Sa'id dan Abu Bakr bin Abu Syaibah keduanya dari Ibnu 'Uyainah dan lafazh ini milik Qutaibah; Telah menceritakan kepada kami Sufyan dari Ibnu Muhaishin seorang syaikh dari bangsa Quraisy, dia mendengar Muhammad bin Qais bin Makhramah bercerita dari Abu Hurairah, bahwa Rasulullah shallallahu 'alaihi wasallam bersabda: “Janganlah kalian berlebihan, tempuhlah kejujuran dan perbaikilah dirimu. Sesungguhnya setiap musibah yang menimpa seorang muslim itu adalah sebagai penghapus dosa, termasuk pula jika ia terantuk batu ataupun tertusuk duri (HR. Muslim).”<sup>63</sup>

Maksud dari berlebihan dalam bermain *game* itu ketika pemainnya sudah lupa waktu dan lalai. Contohnya tidak ingat waktu sholat atau meninggalkan sholat dengan sengaja demi bermain *game*, menghabiskan harta benda demi membeli *item* yang ada di *game*. Berkata kasar atau merasa kesal saat kalah dalam sebuah *game*.

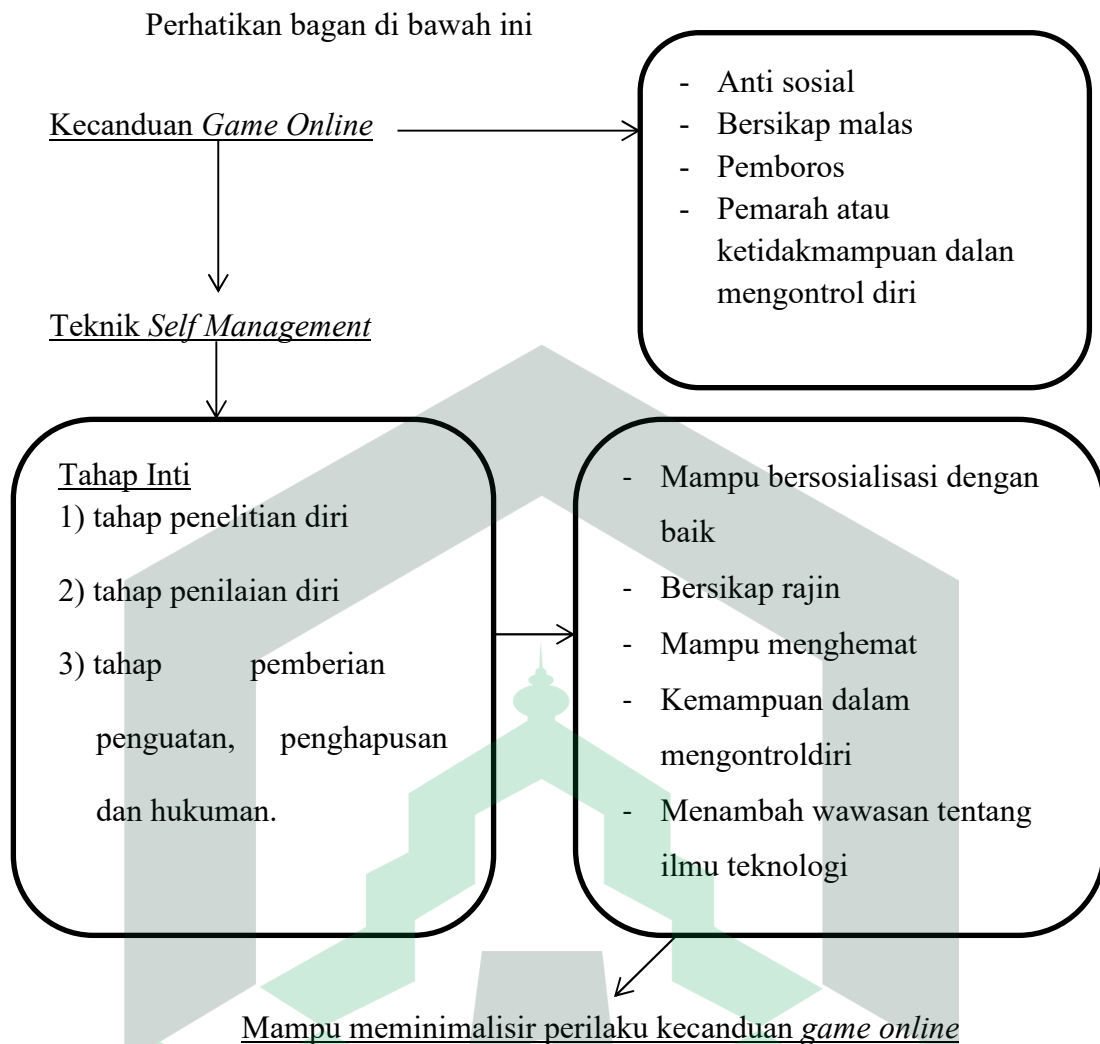
Kecanduan *game online* dapat membuat orang lupa akan segalanya bahkan lupa akan adanya Allah swt. Apabila seseorang kecanduan *game online* maka dia tidak akan menghiraukan hal-hal yang terjadi disekitarnya, tidak jarang juga mereka melalaikan kewajiban mereka sebagai seorang muslim hanya untuk berlama-lama memainkan *game online*.

### C. Kerangka Pikir

Berikut ini adalah kerangka pikir yang akan dijadikan penulis sebagai acuan penelitian terkait dengan efektifitas teknik *self management* dalam menangani kecanduan *game online* remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara.

---

<sup>63</sup>Muslim bin al-Hajjaj bin Muslim al-Qusyairi, *Shahih Muslim*, (Cet. II; Riyad): *Dar al-Hadarah Linnasyr wa al-Tauzi*, 2015), h. 828.



Bagan tersebut dapat dipahami bahwasanya peneliti ingin mengetahui sejauhmana teknik *self management* dalam menangani remaja yang kecanduan *game online*, sebelum dan setelah mendapatkan treatmen sehingga mampu meminimalisir kecanduan game online pada remaja. Melalui langkah-langkah pembukaan, inti dan penutup. Berikut uraian dari langkah-langkah tersebut :

1) Tahap penelitian diri

Tahap ini individu yang bersangkutan diharuskan untuk mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya sendiri dalam interaksinya dengan



lingkungan. Dalam pemantauan diri ini biasanya individu mengamati dan mencatat perilaku masalah, mengendalikan penyebab terjadinya masalah dan menghasilkan konsekuensi, serta waktu atau durasi tingkah laku selama berinteraksi dengan lingkungan.

## 2) Tahap penilaian diri

Tahap ini individu membandingkan perilaku sebelumnya dengan perilakunya saat ini. Hal ini dilakukan agar individu dapat berfikir secara objektif dan realistis serta secara tepat menilai perilakunya sendiri. Bila program tersebut tidak berhasil maka perlu ditinjau kembali program tersebut, apakah target tingkah laku yang ditetapkan memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, perilaku yang ditargetkan tidak cocok atau penguatan yang diberikan tidak sesuai.

## 3) Tahap pemberian penguatan, penghapusan dan hukuman

Individu mengatur dirinya memberikan penguatan, menghapus dan memberikan hukuman pada diri sendiri. Tahap ini merupakan tahap yang paling sulit karena membutuhkan kemauan yang kuat dari individu untuk melaksanakan program yang telah dibuat secara bertahap.

Setelah menerapkan tahap-tahap tersebut, konselor menyimpulkan apakah ada perubahan sebelum dan setelah diberikan perlakuan. Diharapkan dari tahapan teknik *self management* tersebut dapat meminimalisir perilaku kecanduan *game online*.

### BAB III

#### METODE PENELITIAN

##### A. Pendekatan Dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.<sup>64</sup>

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan pendekatan kuantitatif, desain eksperimen yang digunakan adalah desain penelitian *pre-experimental design* dengan bentuk *one-group pretest-posttest design*. Pada *design* ini terdapat *pre-test* sebelum diberi perlakuan. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan. Desain ini dapat digambarkan seperti berikut:<sup>65</sup>

$O_1 X O_2$

$O_1$  = Nilai Pre-test (Sebelum Diberi Diklat)

$O_2$  = Nilai *Pos-test* (Setelah Diberi Diklat)

X = Perlakuan terhadap treatment yang diberikan.

---

<sup>64</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*, (Penerbit Alfabeta : Bandung, 2013), cet. Ke-4, h. 11.

<sup>65</sup>*Ibid*, h. 112.

### B. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian terkait permasalahan ini peneliti memfokuskan penelitiannya pada remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara. Dengan pertimbangan adanya remaja yang mengalami kecanduan *game online*. Dengan waktu satu bulan, penulis melakukan bimbingan serta arahan dan pemberian materi sebanyak 4x selama pertemuan dengan harapan mampu mengontrol diri dalam bermain *game online*.

**Tabel: 3.1.**  
**Pemberian Materi**

No	Pertemuan	Hari/Tanggal	Materi
1	Pertama	Kamis, 1 Agustus 2019	Penjelasan tentang teknik <i>self management</i>
2	Kedua	Jum'at, 2 Agustus 2019	Penjelasan tentang kecanduan <i>Game Online</i>
3	Ketiga	Sabtu, 3 Agustus 2019	Klien mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya sendiri dalam interaksinya dengan lingkungan serta perbandingan perilaku sebelum dan perilaku saat ini.
4	Keempat	Minggu, 4 Agustus 2019	Pemberian penguatan, penghapusan dan hukuman

### C. Populasi dan Sampel

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti

untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>66</sup> Sedangkan sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.<sup>67</sup>

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja yang berada di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara. Sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah sebagian remaja yang mengalami kecanduan game online. Karena populasi dalam penelitian ini kurang dari 100 orang, maka sampel dalam penelitian ini mengambil total keseluruhan jumlah populasi. Jadi, pada penelitian ini digunakan teknik *Non Probability Sampling (Sampling Jenuh)*. Sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel apabila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil, kurang dari 30 orang, atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil. Istilah lain sampel jenuh adalah sensus, dimana semua anggota populasi dijadikan sampel.<sup>68</sup> Maka, teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik sampling jenuh dengan menggunakan sampel berjumlah 24 orang remaja.

#### D. Sumber Data

Penelitian ini menggunakan dua sumber data yaitu data primer dan data sekunder.

---

<sup>66</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D*, (Penerbit Alfabeta : Bandung, 2014), cet. Ke-20, h. 80.

<sup>67</sup>*Ibid*, h. 81.

<sup>68</sup>*Ibid*, h. 85.

## 1. Data Primer

Merupakan informasi yang didapatkan dan dikumpulkan dari sumbernya langsung, dalam hal ini adalah klien itu sendiri.

## 2. Data Sekunder

Merupakan informasi yang didapatkan dan dikumpulkan dari pihak lain. Dalam hal ini adalah dari orang-orang terdekat klien yakni keluarga dan teman-teman klien, serta sumber lain yang berkaitan dengan penelitian ini baik dari media cetak, elektronik, dan lainnya.

### E. *Variabel Penelitian*

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulan.<sup>69</sup> Variabel penelitian yang penulis lakukan ada dua yaitu *Independent* (bebas) dan *Variabel dependent* (terikat).

#### 1. *Variabel Independent*

Variabel *independent* sering disebut sebagai variabel stimulus, prediktor, *atecedent*, dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel bebas atau variabel yang mempengaruhi. Dalam penelitian yang penulis lakukan yang menjadi variabel *Independent* adalah (X): Teknik *Self Management*.

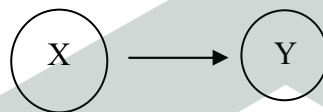
---

<sup>69</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*, h. 65.

## 2. Variabel *dependent*

Variabel *dependent* sering disebut sebagai variabel *output*, kriteria, konsekuen, dalam bahasa Indonesia sering disebut variabel terikat dalam penelitian yang dilakukan oleh penulis yang menjadi variabel *dependent* adalah (Y): kecanduan *game online*

Desain penelitian yang penulis lakukan di gambarkan sebagai berikut:



Keterangan:

X: Teknik *Self Management*

Y: Kecanduan *Game Online*

## F. Teknik Pengumpulan Data

Penulis menggunakan metode penelitian lapangan, yaitu dengan cara meneliti langsung gejala yang ada pada objek penelitian di lapangan. Untuk memperoleh data yang valid dengan menggunakan angket atau kuesioner, yaitu pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi sejumlah pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab secara objektif. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian adalah teknik observasi dan teknik angket atau kuesioner.

1. Observasi yaitu mengadakan pengamatan langsung ke lokasi penelitian dengan cara pencatatan sistematis tentang remaja yang kecanduan *game online*.

2. Kuesioner (Angket) merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.<sup>70</sup>

Teknik pengumpulan data di atas diharapkan mampu dalam menangani remaja yang kecanduan *game online* di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara.

#### G. Instrumen Penelitian

Pada umumnya penelitian akan berhasil apabila banyak menggunakan instrumen, sebab data yang diperlukan untuk menjawab pertanyaan penelitian (masalah) dan menguji hipotesis diperoleh melalui instrumen. Untuk itu instrumen penelitian sangat penting dalam pengumpulan data atau untuk memperoleh data yang valid seorang peneliti memerlukan alat atau instrumen penelitian yang digunakan ketika terjun ke lapangan. Suharsimi Arikunto mengemukakan pengertian instrumen penelitian sebagai berikut: Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan pada saat menggunakan metode penelitian. Dapat dikatakan bahwa untuk memperoleh data, kita menggunakan wawancara, maka dalam melaksanakan menggunakan alat bantu. Secara minimal alat bantu itu berupa angket pertanyaan yang akan ditanyakan pada obyek penelitian sebagai catatan

---

<sup>70</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*, h. 142.

yang diberikan oleh objek yang diteliti. Angkat-angkat pertanyaan dan alat tulis inilah yang disebut sebagai instrumen dari metode wawancara atau interview.<sup>71</sup>

Instrumen penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini ada 2 instrumen yaitu sebagai berikut:

#### 1. Panduan Perlakuan

Adapun panduan perlakuan, penulisan menyusunnya dalam bentuk sebuah tabel dan mengelompokkan agar sesi konseling pada sebuah penelitian bisa terarah dan mampu berjalan dengan lancar sesuai yang diharapkan.

**Tabel: 3.2.**  
**Panduan Perlakuan**

<b>Sesi Konseling</b>	<b>Tahap</b>	<b>Tujuan Kegiatan</b>	<b>Rincian Kegiatan</b>
Sesi 1	<i>Perkenalan</i>	Agar saling mengenal antara konselor dan klien	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberikan arahan kepada klien agar tetap fokus selama kegiatan konseling berjalan</li> <li>- Menyebutkan nama masing-masing</li> </ul>
Sesi 2	<i>Pemberian materi</i>	Untuk mengetahui tentang materi yang diberikan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memberikan sebuah materi</li> <li>- Klien dituntun untuk mengetahui dari materi yang disampaikan.</li> </ul>
Sesi 3	<i>Tindakan</i>	Untuk mengetahui hasil dari proses konseling	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Membuat sebuah kelompok untuk diskusi</li> <li>- Klien diberikan kesempatan untuk memaparkan kembali materi yang telah diberikan</li> </ul>
Sesi 4	<i>Menarik kesimpulan</i>	Untuk mengetahui hasil akhir	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Klien bertanya pada konselor jika tidak paham</li> <li>- Klien harus mampu</li> </ul>

<sup>71</sup>Sutrisno Hadi, *Metodologi Reserch*, jilid 1(Cet. XIII; Yogyakarta: Psikologi UGM, 1983), h.102.



		dari proses kegiatan bimbingan konseling	mengaplikasikan materi yang telah diberikan dalam kehidupan sehari-harinya
Sesi 5	<i>Penutup</i>	Memberikan arahan serta motivasi terhadap klien	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Diharapkan klien mampu menyelesaikan permasalahannya sendiri</li> <li>- Pemberian skala untuk <i>pos-test</i></li> <li>- Ucapan terimakasih, harapan dan penutup.</li> </ul>

## 2. Skala Kualitas Kecanduan *Game Online*

Waktu kegiatan penelitian penulis menggunakan instrumen penelitian yang bertujuan untuk mendapatkan data atau informasi yang dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya. Instrumen yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah alat ukur, yaitu alat yang menyatakan besarnya presentase dalam bentuk kuantitatif. Dengan menggunakan instrumen tersebut yang berguna sebagai alat, dimaksudkan sebagai alat untuk mengumpulkan data di lapangan atau objek penelitian.

**Tabel: 3.3.**  
**Instrumen Pengukuran Kualitas Kecanduan *Game Online***

Variabel	Indikator	Dimensi / Nomor Butir
Kecanduan <i>Game Online</i>	Frekuensi bermain <i>game online</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memiliki tingkat kesenangan dalam bermain <i>game online</i> (1,3,4,5,6,7)</li> <li>- Memiliki tinggi rendahnya intensitas saat bermain <i>game online</i> (2,22,23)</li> </ul>
	Kepuasan	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Merasa lebih bersemangat pada saat bermain (8,9,25)</li> <li>- Merasa perasaan senang pada saat bermain <i>game online</i> (10,11,12)</li> <li>- Merasa lebih bersemangat menerima tantangan dalam permainan <i>game online</i> (13)</li> <li>- Gelisah saat tidak bermain <i>game online</i> (24)</li> </ul>

	Gaya Hidup	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lebih menghabiskan banyak waktu untuk bermain <i>game online</i> (14,15,19,26,28)</li> <li>- Perubahan pola tidur (16)</li> <li>- Penurunan sosialisasi dengan mengabaikan keluarga dan teman ketika sudah asik bermain <i>game online</i> (17,18,20,21,27)</li> </ul>
--	------------	---

## H. Teknik Pengolahan Dan Analisis Data

### 1. Uji Validitas Instrumen

Uji validitas statistik yang digunakan untuk mengukur sah atau valid tidaknya kuesioner. Mengukur instrumen yang akan diteliti, hasil penelitian yang valid bila terdapat kesamaan antara data yang sesungguhnya terjadi pada objek yang diteliti.<sup>72</sup> Untuk melihat signifikan dari setiap pertanyaan maka dapat dilihat tabel product moment. Jika  $r_{hitung}$  lebih besar dari  $r_{tabel}$  maka perhitungannya memenuhi taraf signifikan dan pernyataan itu dinyatakan valid dengan batas tingkat kepercayaan 5% ( $\alpha=0,05$ ). Setelah dilakukan uji validitas terhadap sampel uji coba sebanyak 24 responden hasilnya sebagai berikut:

- Pada variabel sebelum pemberian tritmen (X), dari 28 butir angket yang diberikan pada responden, 28 butir yang dinyatakan valid.
- Hasil uji validitas untuk variabel sesudah pemberian tritmen (Y), dari 28 butir angket yang diberikan kepada responden, 28 butir dinyatakan valid.

Berdasarkan hasil validitas di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dalam memberikan tritmen dengan teknik *self management* memiliki pengaruh dalam menangani kecanduan *game online* remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara.

<sup>72</sup>Sugiyono, *Statistik Untuk Penelitian*, (Bandung: IKPI, 2003), h. 267.

## 2. Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas instrumen dilakukan untuk mengetahui konsistensi suatu instrumen, untuk menunjukan apakah instrumen tersebut dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data. Muh. Saldin dalam penelitiannya yang dikutip dari Azwar, reliabilitas merupakan salah satu ciri atau karakter utama instrumen pengukuran yang baik.<sup>73</sup>

Uji reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 22.0 Kriteria pengujian adalah sebagai berikut:

- a. Jika nilai  $\alpha \geq 0,60$  maka instrumen dinyatakan reliable.
- b. Jika nilai  $\alpha \leq 0,60$  maka instrumen dinyatakan tidak reliable.

Hasil uji *alpha cronbach* dengan SPSS untuk variabel kualitas kecanduan *game online* dapat disajikan pada table sebagai berikut:

**Tabel: 3.4**  
**Data X**  
**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,626	28

*Sumber data: output SPSS versi 22.0 yang diolah, 2019*

Tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai koefisien *reliabilitas cronbach alpha* sebesar 0,626. Koefisien reliabilitas tersebut menunjukan bahwa 62,6%. Nilai koefisien *reliabilitas* di atas lebih besar dari 0.60, sehingga instrumen variabel kualitas kecanduan *game online* dinyatakan reliabel. Selanjutnya, hasil

---

<sup>73</sup>Muh. Saldin, "Efektivitas Teknik Gestalt melalui Topdog dan Under Dog dalam Meningkatkan Kualitas Ibadah Shalat Masyarakat Pegunungan Desa Sulaku Kecamatan Rampi", (*Skripsi IAIN Palopo*, 2018), h. 42.

uji *alpha cronbach* dengan SPSS terhadap variabel kualitas kecanduan *game online* dapat disajikan sebagai berikut:

**Tabel: 3.5**

Data Y

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,640	28

*Sumber data: output SPSS versi 22.0 yang diolah, 2019*

Tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai koefisien *reliabilitas cronbach alpha* sebesar 0,640. Koefisien reliabilitas tersebut menunjukkan bahwa 64% instrumen dapat dipercaya. Nilai koefisien reliabilitas di atas lebih besar dari 0.60, sehingga instrumen variabel kualitas kecanduan *game online* dapat dinyatakan reliabel.

### 3. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif yaitu dengan mendeskripsikan dan memaknai data dari masing-masing komponen yang dievaluasi. Data yang telah penulis kumpulkan semua, lalu dianalisis dengan teknik deskriptif yaitu dengan menyajikan hasil perhitungan statistik deskriptif berupa tabel frekuensi dan persentase yang didapat dari hasil penelitian. Dalam menganalisis data yang telah terkumpul dilakukan beberapa langkah yaitu; 1) memberikan skor setiap jawaban responden, 2) menjumlahkan skor total masing-masing komponen, 3) mengelompokkan skor antara yang tinggi dan rendah. Dengan bantuan komputer dapat ditotal skor masing-masing responden dan komponen baik itu nilai rata-rata (M), modus (Mo), median (Me), simpangan baku (S).

Angket penelitian ini disusun menggunakan daftar pertanyaan atau pernyataan yang bersifat tertutup, yaitu jawabannya telah tersedia sehingga responden tinggal memilih jawabannya yang telah tersedia sehingga responden tinggal memilih salah satu opsi jawaban yang ada. Alternatif jawaban disusun menggunakan *skala likert* dengan 5 opsi jawaban dengan skor pilihan masing-masing, untuk pertanyaan atau pernyataan yaitu: (a) sangat setuju dengan skor 5, (b) setuju dengan skor 4, (c) kurang setuju dengan skor 3, (d) tidak setuju dengan skor 2, (e) sangat tidak setuju dengan skor 1. Sedangkan untuk pemberian skor nilai pada setiap jawaban responden, penulis membuat tabel untuk mengetahui peningkatan kualitas kecanduan *game online* dari setiap jawaban responden setelah diberikan tritmen serta membandingkan nilai sebelum dan sesudah pemberian tritmen. Dengan demikian, penulis bisa mengetahui apakah peningkatannya sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah atau bahkan sangat rendah.

**Tabel: 3.6.**

<b>Nilai</b>	<b>Keterangan</b>
97-120	Sangat Tinggi
71-96	Tinggi
46-70	Sedang
21-45	Rendah
0-20	Sangat Rendah

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN**

#### *A. Profil Desa Patoloan*

##### **1. Sejarah Desa Patoloan**

Menurut sejarah, Desa Patoloan ini bermula dari Dusun Lemahabang yang ditempati pada Tahun 1938, sedangkan penduduknya berasal dari Pulau Jawa yang dibawa oleh Belanda pada masa kolonial. Yang jelas kampung ini masih berupa hutan belantara dan rawa-rawa yang seolah-olah sangat sulit ditempati untuk kehidupan dikarenakan binatang liar masih sangat banyak, akan tetapi karena kegigihan dari orang tua terdahulu akhirnya Kampung yang bernama Lemahabang ini dapat ditempati. Pada awalnya yang dapat ditempati adalah lokasi gunung atau dataran tinggi karena di tempat itu ada tanda-tanda kehidupan dengan bercocok tanam yang sekarang lokasi tersebut menjadi kompleks Perumahan BTN dan sekitarnya. Oleh orang dulu dinamakan Lemahabang yang artinya lemah artinya tanah dan abang artinya merah dan nama tersebut digunakan sampai sekarang.<sup>74</sup>

Pemimpin kampung pada masa itu masih belum terbentuk hanya diawasi langsung oleh pemerintah yang disebut AWE (Asisten Wedono) yang sekarang disebut Camat. Sejak tahun 1938-1952 perkampungan Lemahabang dipimpin oleh

---

<sup>74</sup>Dokumen Desa Patoloan, h. 1.

AWE. Setelah itu baru ada kepala kampung yang saat itu disebut Lurah. Jadi siapakah yang menjadai Lurah pada masa itu ?<sup>75</sup>

Adapun yang memimpin kampung pada waktu itu yang pertama adalah Mbah Wagirah, beliau memimpin kampung Lemahabang mulai tahun 1952 s/d 1965. Dalam kepemimpinan beliau, warga kampung Lemahabang dan Kanjiro belum dapat merasakan hidup yang tentram, dan pada waktu itu kampung Kanjiro belum ada yang ditunjuk sebagai kepala kampung. Masa kepemimpinan Mbah Wagirah tepat waktunya terjadi pemberontakan DI/ TII di Sulawesi Selatan yang dipimpin oleh Kahar Muzakkar. Pada masa pemberontakan ini warga bersama Tentara Siliwangi dan Tanjung Pura berperang untuk melawan pemberontakan ini. Hampir setiap malam terdengar letusan senjata dan letusan meriam. Pada Tahun 1959 terjadi pertempuran sengit antara warga dengan pemberontak sehingga kampung Lemahabang begitu mencekam, sampai-sampai terjadi pembakaran rumah warga oleh para pemberontak sehingga langit di atas perkampungan Lemahabang berwarna merah, peristiwa ini terjadi kurang dari dua hari sebelum Hari Raya Idul Fitri.<sup>76</sup>

Pada awal tahun 1965 pemberontakan DI/ TII sudah mulai reda dan mulai berakhir. Berakhirnya pemberontakan tersebut bertepatan dengan berakhirnya pula jabatan Mbah Wagirah sebagai Kepala Kampung/ Lurah Lemahabang. Pada tahun 1965 s/d 1969 kampung Lemahabang dipimpin oleh sesepuh kampung yaitu Pak Baidi. Pada masa kepemimpinan beliau, kehidupan masyarakat mulai tenang, sudah tidak lagi terjadi kekacauan dan pembakaran rumah warga. Namun

---

<sup>75</sup>*Ibid.*

<sup>76</sup>*Ibid.*

ekonomi masyarakat masih sangat sulit. Dan akhirnya pada tahun 1969 kepemimpinan Pak Baidi sebagai Kepala Kampung berakhir. Setelah jabatan kepala kampung dipimpin oleh Pak Baidi, kemudian pada tahun 1968 s/d 1974 kampung Lemahabang dipimpin oleh Pak Tabri. masyarakat dapat hidup tenang namun perekonomian masyarakat masih sama dan tak jauh berbeda dengan sebelumnya. Dan akhirnya pada tahun 1974 masa kepemimpinan Pak Tabri berakhir.<sup>77</sup>

Pada tahun 1974 di Kampung Kanjiro dipimpin oleh Sesepeuh kampung yaitu Pak Tohamiah dan Kampung Lemahabang dipimpin oleh Pak Kasdin. Meskipun keadaan ekonomi pada masa ini masih sulit namun kehidupan bermasyarakat sangat rukun dan tenang. Pada masa ini ada sedikit perbedaan dengan masa sebelumnya yaitu setiap akan turun sawah atau lebih dikenal dengan sebutan *Buka Bumi*, disetiap tahunnya diadakan syukuran bersama serta ditandai dengan pagelaran Wayang Kulit satu hari satu malam dan masyarakat sangat terhibur dengan pagelaran tersebut. Pribadi kepemimpinan Pak kasdin yang sangat ramah, sopan dan bersahaja membuat masyarakat sangat menyukai kepemimpinannya, namun pada tahun 1980 kepemimpinan belia berakhir.<sup>78</sup>

Pada tahun 1980 kampung lemahabang dipimpin oleh Bapak Ahmad Shodiq dan Kampung Kanjiro dipimpin oleh Pak Aris. Pada masa kepimpinan Pak Ahmad Shodiq ada perencanaan untuk mendirikan sebuah desa. Akhirnya tokoh-tokoh masyarakat membahas untuk memberikan nama sebuah desa. Salah satu

---

<sup>77</sup>*Ibid.*

<sup>78</sup>*Ibid.*



tokoh pendiri nama desa tersebut adalah Ust. Saing Latif dan tokoh-tokoh masyarakat lainnya.<sup>79</sup>

Sejarah nama Desa Patoloan ini berasal dari kata Patoloran. Dalam bahasa Bugis/ kampung Patoloran artinya *Patok yang terbuat dari kayu yang ditancapkan di tanah atau di atas bukit*. Adapun kegunaan patok tersebut untuk mengikat hewan ternak yaitu sapi atau kerbau. Karena sering dan banyaknya patok yang ditancapkan diatas bukit tersebut sehingga oleh para tokoh masyarakat dahulu dinamakan Bukit Patoloran kemudian diubah namanya menjadi Patoloan. Menurut cerita orang-orang terdahulu apabila kerbau atau sapi diikat ditempat tersebut maka ternak tersebut sangat aman dari segala gangguan karena disekitar bukit itu ada penunggu yang tak kasap mata. Tempat yang dimaksud saat ini masuk diwilayah Desa Saptamarga Kec. Sukamaju tepatnya di sebelah bendungan Sungai Kanjiro yang pada awalnya menjadi wilayah Patoloan tapi karena ada pemekaran wilayah akhirnya pada tahun 1970 wilayah itu masuk menjadi wilayah Desa Saptamarga bertepatan dengan dibangunnya Perkampungan Militer Home Base yang terkenal dengan sebutan Hombes.<sup>80</sup> Itulah sejarah singkat Desa Patoloan dan selanjutnya pada tahun 1982 jadilah desa definitif dan pada waktu itu yang menjabat sebagai kepala desa adalah Marking DM dengan masa jabatan dari tahun 1982 s/d 1986. Selanjutnya masyarakat Desa Patoloan mengadakan penyelenggaraan pemilihan kepala desa pertama pada bulan Juni 1986. Adapun calon kepala desa pada waktu itu adalah :

---

<sup>79</sup>Dokumen Desa Patoloan, h. 2.

<sup>80</sup>*Ibid.*

1. Marking DM
2. Ust. Saing Latif
3. Abd. Rauf

Pada penyelenggaraan pemilihan kepala desa patoloan tersebut dimenangkan oleh Marking DM. Dalam menjalankan tugas sehari-hari sebagai kepala desa dibantu oleh perangkatnya sebagai kepala dusun.

1. Dusun Kanjiro dipimpin oleh Akat
2. Dusun Lemahabang dipimpin oleh Hatta Maddu

Pada masa pemerintahan Marking DM desa patoloan mempunyai 5 dusun yaitu : Dusun Lemahabang, Kanjiro, Tanimba, Rante Malona dan Muktisari.

Adapun batas desa patoloan pada masa itu yaitu :

1. Sebelah selatan berbatasan dengan Desa Sukaraya
2. Sebelah Timur berbatasan dengan Kelurahan Bone-Bone dan Desa Banyuurip

Setelah pemekaran wilayah Tanimba akhirnya menjadi wilayah Kelurahan Bone-Bone. Seiring perjalanan waktu wilayah Dusun Rante Malona dan Dusun Muktisari ingin memisahkan diri untuk menjadi satu desa. Akhirnya tokoh yang mewakili kedua dusun tersebut menghadap Camat yang dijabat oleh Andi Azmal, kemudian ditindak lanjuti dan disetujui oleh camat dan akhirnya pada tahun 1996 kedua dusun tersebut pisah dari Desa Patoloan menjadi Desa Muktisari.<sup>81</sup>

Pada masa pemerintahan Kepala Desa Marking DM perekonomian masyarakat Desa Patoloan semakin membaik karena ada pasar sentral yang

---

<sup>81</sup>*Ibid.*

terletak di dalam desa sehingga roda perekonomian masyarakat Desa Patoloan meningkat. Masa pemerintahan Marking DM berakhir pada tahun 1998 dan dilanjutkan oleh hatta Maddu sebagai pejabat Kepala desa Patoloan mulai tahun 1998 sampai tahun 2001. Dan akhirnya pada tahun 2001 diadakan pemilihan kepala desa yang kedua kalinya. Adapun peserta pemilihan kepala desa pada waktu itu adalah :

1. Hatta Maddu
2. Andi Yusran
3. Abd. Kadir
4. Muhtaddin, S. Ag.
5. Syamsul Alif

Pemilihan itu sangat kompetitif karena diikuti oleh banyak calon dan dimenangkan oleh Bapak Muhtaddin S.Ag.<sup>82</sup> Dalam menjalankan roda pemerintahan desa, Bapak Muhtaddin, S.Ag. Dibantu oleh perangkat desa termasuk kepala dusun. Pada masa pemerintahan ini diadakan pemekaran dusun yaitu Pemekaran Dusun Trikora pada tahun 2002 dan Dusun Legoksari pada tahun 2004. Pada masa ini ada aturan baru bahwa jabatan kepala desa sampai 8 tahun. Pada tahun 2008 diadakan pemilihan kepala desa patoloan yang ketiga kalinya. Adapun para peserta calon kepala desa yaitu :

1. Mashuri
2. Muhtadin, S. Ag.
3. Mat Solikin

---

<sup>82</sup>Dokumen Desa Patoloan, h. 3.

Pemilihan ke empat kalinya berlangsung meriah karena ada empat calon kepala desa yang mengajukan dirinya dan akhirnya dimenangkan kembali oleh Muhtaddin, S. Ag. Dan berakhir tahun 2014.

Pada Tahun 2014 Masyarakat Desa Patoloan menyelenggarakan pemilihan kepala desa yang ke lima kalinya dengan calon peserta pemilihan kepala desa yaitu :

1. Mat Juara, SP
2. Slamet
3. Nasrun Nonci
4. Muhtaddin, S. Ag.
5. M. Tajang Noki

Pemilihan ke lima kalinya berlangsung meriah karena ada lima calon kepala desa yang mengajukan dirinya dan akhirnya dimenangkan oleh Mat Juara, SP.<sup>83</sup>

## 2. *Visi Misi Desa Patoloan*

Visi : “ Menciptakan Desa Yang baik Guna Mewujudkan Desa Patoloan Yang Transparan, Adil Makmur dan Sejahtera ”

Misi : a. Melakukan referensi sistem kerja aparatur pemerintahan desa guna meningkatkan kualitas pelayanan kepada masyarakat.

b. Menyelenggarakan pemerintahan yang transparan, bersih dan terbebas korupsi.

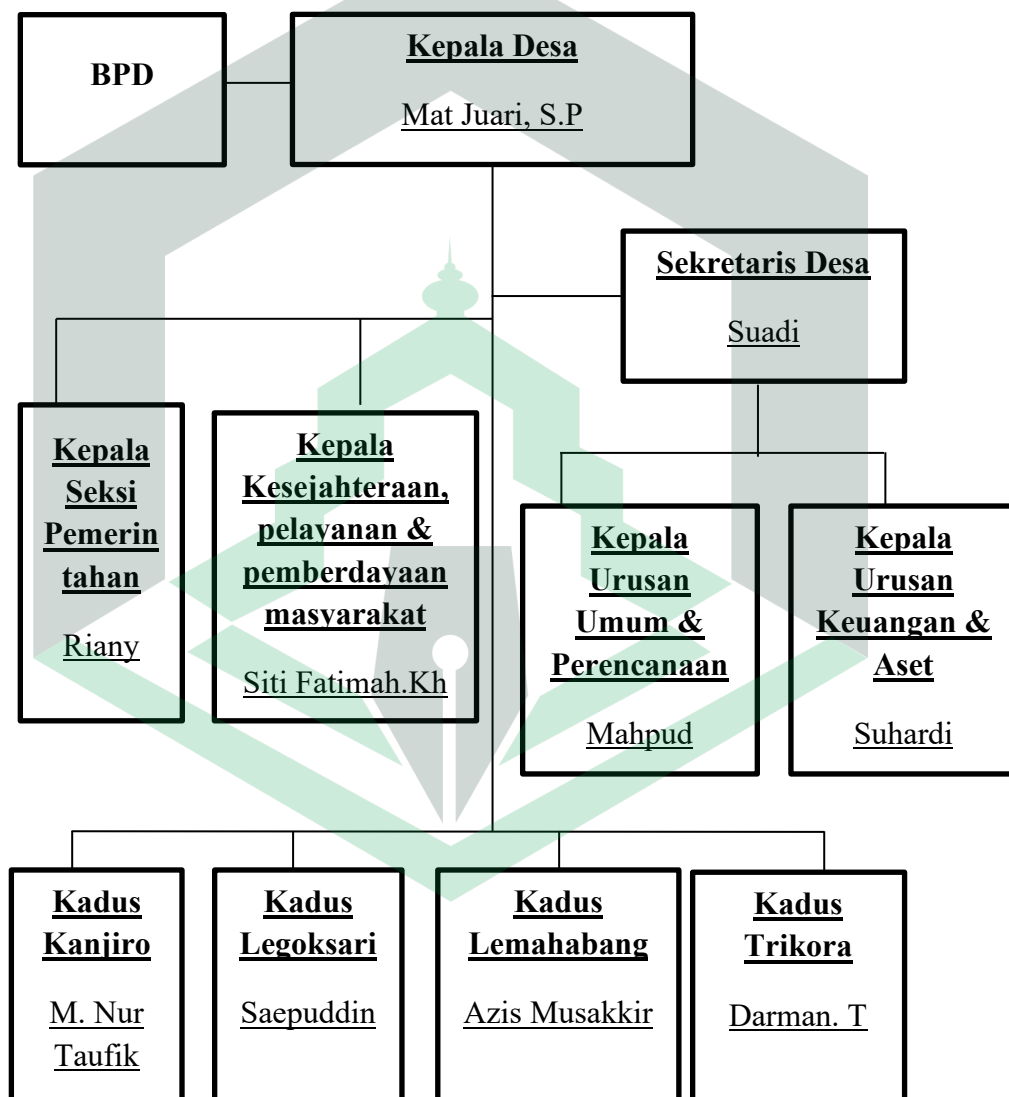
---

<sup>83</sup>*Ibid.*

c. Meningkatkan perekonomian masyarakat melalui optimalisasi hasil pertanian, perkebunan dan keterampilan masyarakat.

d. Meningkatkan mutu kesehatan dan kesejahteraan masyarakat untuk mencapai taraf kehidupan yang lebih baik<sup>84</sup>

### 3. Struktur Susunan Organisasi Pemerintah Desa Patoloan



<sup>84</sup>Dokumen Desa Patoloan, h. 5.

## B. Hasil Penelitian

Data dalam penelitian ini disajikan per-item dengan maksud memaparkan secara mendetail aspek-aspek yang berkaitan erat dalam variabel yang telah ditetapkan selanjutnya, data hasil analisis tersebut dijelaskan aspek-aspeknya yang berkorelasi satu sama lain sesuai dengan variabel yang telah ditentukan.

### 1. Identitas Responden

Penelitian yang dilaksanakan di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara yang menjadi responden sebagai berikut:

**Tabel 4.2**  
**Daftar Nama Responden Remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara**

No urut	Nama	Jenis kelamin	Umur	Game yang dimainkan
1.	Muh. Febrian	L	15 tahun	Dota 2 & Point Blank
2.	Joko Saputra	L	17 tahun	Free Fire
3.	Sudarma Yudho. P	L	15 tahun	Free Fire
4.	Ahmad Andri	L	17 tahun	Free Fire
5.	Farid	L	16 tahun	Free Fire
6.	Aditya Ramadhan	L	15 tahun	Free Fire
7.	Yoga	L	16 tahun	Free Fire
8.	Rival	L	15 tahun	Free Fire
9.	Egi	L	16 tahun	Free Fire
10.	Muh. Farhan Irwan	L	16 tahun	Free Fire
11.	Delvis	L	17 tahun	Free Fire
12.	Ayying	L	16 tahun	Free Fire

13.	Joshua Valentino Linggi Allo	L	14 tahun	Free Fire
14.	Tri Marvino	L	15 tahun	Free Fire
15.	Habel. P	L	15 tahun	Free Fire
16.	Maharani Putri Anugrah	P	14 tahun	Free Fire
17.	Ifa	P	15 tahun	Free Fire
18.	Lily Kurnia Sari	P	14 tahun	Mobile Legend
19.	Dwi Kurniawati	P	14 tahun	Mobile Legend
20.	Aliya Fadhila	P	13 tahun	Free Fire
21.	Andi Jurana	P	15 tahun	PUBG
22.	Asni	P	15 tahun	Free Fire
23.	Della Puspita	P	14 tahun	Mobile Legend
24.	Jesyca Alvi. K	P	15 tahun	Free Fire

*Sumber data: output SPSS versi 22.0 yang diolah, 2019*

Peneliti dapat menyimpulkan dari daftar nama responden remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara ada sebanyak empat jenis *game online* yang dimainkan oleh remaja di Desa tersebut. 1 orang bermain *game online* yang bernama Dota 2 & Point Blank, 19 orang bermain *game online* yang bernama Free Fire, 3 orang bermain *game online* yang bernama Mobile Legend dan 1 orang bermain *game online* yang bernama PUBG. Maka, dapat disimpulkan bahwa yang paling dominan dari permainan yang diminati remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara adalah *Game online* yang bernama Free Fire dengan pemain sebanyak 19 orang.

## *2. Proses Pemberian Treetmen Teknik Self Management dalam Menangani Kecanduan Game Online Remaja*

Penulis memberikan teknik *self management* dalam menangani kecanduan *game online* remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara. Tahap awal yang harus dilakukan sebelum pemberian bimbingan kepada klien adalah pengenalan, dimana dalam pengenalan, penulis juga memberikan arahan serta informasi mengenai kegiatan yang akan dilakukan kepada klien (rosponden) dengan tujuan membuat proses bimbingan menjadi lancar sesuai yang diharapkan. Setelah pengenalan, maka diberikanlah sebuah materi yang berkaitan dengan kecanduan *game online* dengan tujuan agar klien bisa memahami tentang kecanduan *game online*. Setelah penulis selesai memberikan materi yang berbeda-beda selama 4x pertemuan, maka penulis mengarahkan klien agar mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Setelah itu penulis menarik kesimpulan dari hasil tritmen terhadap klien, membandingkan apakah pemberian tritmen teknik *self management* efektif dalam menangani kecanduan *game online* atau tidak. Setelah semua sesi tritmen selesai, penulis menutup sebuah tritmen dengan memberikan arahan serta motivasi terhadap klien.

## *3. Keefektifan Teknik Self Management dalam Menangani Kecanduan Game Online Remaja*

Setelah penulis selesai menyebarkan angket yang kedua, maka penulis melakukan penilaian pada setiap jawaban dari angket yang diberikan kepada responden dan memberikan nilai dengan menggunakan *skala likert*. Dan untuk mengetahui hasilnya maka penulis memilih 10 perwakilan jawaban responden



dari 24 orang responden, dan hasilnya dari penelitian adalah terdapat pada tabel sebagai berikut:

**Tabel: 4.3**  
**Hasil Perbandingan Nilai Sebelum dan Sesudah Pemberian Tritmen**

<b>Nama Responden</b>	<b><i>Pretes</i> (skor sebelum pemberian tritmen)</b>	<b><i>Posttest</i> (skor sesudah pemberian tritmen)</b>	<b>Perbandingan Nilai Sebelum dan Sesudah Pemberian Tritmen</b>	<b>Keterangan</b>
Aditya Ramadhan	99	85	14	Sedang
Habel. P	106	73	33	Sedang
Maharani Putri. A	98	85	13	Sedang
Ifa	100	73	27	Sedang
Rival	100	78	22	Sedang
Ahmad Andri	98	80	18	Sedang
Farid	91	76	15	Sedang
Dwi Kurniawati	104	77	27	Sedang
Aliya Fadila	97	68	29	Sedang
Andi Jurana	98	72	26	Sedang

*Sumber data: output SPSS versi 22.0 yang diolah, 2019*

Keterangan:

1. Responden Pertama

Sebelum diberikan tritmen memiliki nilai 99, sedangkan setelah pemberian tritmen selama 4x pertemuan, responden memiliki penurunan dalam kualitas bermain *game online* dengan nilai 85. Sehingga memiliki selisih 14 sebelum dan setelah pemberian tritmen. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian

teknik *self management* dalam menangani kecanduan *game online* remaja dinyatakan efektif.

#### 2. Responden kedua

Sebelum diberikan tritmen memiliki nilai 106, sedangkan setelah pemberian tritmen selama 4x pertemuan, responden memiliki penurunan dalam kualitas bermain *game online* dengan nilai 73. Sehingga memiliki selisih 33 sebelum dan setelah pemberian tritmen. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian teknik *self management* dalam menangani kecanduan *game online* remaja dinyatakan efektif.

#### 3. Responden ketiga

Sebelum diberikan tritmen memiliki nilai 98, sedangkan setelah pemberian tritmen selama 4x pertemuan, responden memiliki penurunan dalam kualitas bermain *game online* dengan nilai 85. Sehingga memiliki selisih 13 sebelum dan setelah pemberian tritmen. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian teknik *self management* dalam menangani kecanduan *game online* remaja dinyatakan efektif.

#### 4. Responden keempat

Sebelum diberikan tritmen memiliki nilai 100, sedangkan setelah pemberian tritmen selama 4x pertemuan, responden memiliki penurunan dalam kualitas bermain *game online* dengan nilai 73. Sehingga memiliki selisih 27 sebelum dan setelah pemberian tritmen. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian teknik *self management* dalam menangani kecanduan *game online* remaja dinyatakan efektif.

#### 5. Responden kelima

Sebelum diberikan tritmen memiliki nilai 100, sedangkan setelah pemberian tritmen selama 4x pertemuan, responden memiliki penurunan dalam kualitas bermain *game online* dengan nilai 70. Sehingga memiliki selisih 15 sebelum dan setelah pemberian tritmen. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian teknik *self management* dalam menangani kecanduan *game online* remaja dinyatakan efektif.

#### 6. Responden keenam

Sebelum diberikan tritmen memiliki nilai 98, sedangkan setelah pemberian tritmen selama 4x pertemuan, responden memiliki penurunan dalam kualitas bermain *game online* dengan nilai 80. Sehingga memiliki selisih 18 sebelum dan setelah pemberian tritmen. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian teknik *self management* dalam menangani kecanduan *game online* remaja dinyatakan efektif.

#### 7. Responden ketujuh

Sebelum diberikan tritmen memiliki nilai 91, sedangkan setelah pemberian tritmen selama 4x pertemuan, responden memiliki penurunan dalam kualitas bermain *game online* dengan nilai 76. Sehingga memiliki selisih 15 sebelum dan setelah pemberian tritmen. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian teknik *self management* dalam menangani kecanduan *game online* remaja dinyatakan efektif.

#### 8. Responden kedelapan

Sebelum diberikan tritmen memiliki nilai 104, sedangkan setelah pemberian tritmen selama 4x pertemuan, responden memiliki penurunan dalam kualitas bermain *game online* dengan nilai 77. Sehingga memiliki selisih 27 sebelum dan setelah pemberian tritmen. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian teknik *self management* dalam menangani kecanduan *game online* remaja dinyatakan efektif.

#### 9. Responden kesembilan

Sebelum diberikan tritmen memiliki nilai 97, sedangkan setelah pemberian tritmen selama 4x pertemuan, responden memiliki penurunan dalam kualitas bermain *game online* dengan nilai 68. Sehingga memiliki selisih 29 sebelum dan setelah pemberian tritmen. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian teknik *self management* dalam menangani kecanduan *game online* remaja dinyatakan efektif.

#### 10. Responden kesepuluh

Sebelum diberikan tritmen memiliki nilai 98, sedangkan setelah pemberian tritmen selama 4x pertemuan, responden memiliki penurunan dalam kualitas bermain *game online* dengan nilai 72. Sehingga memiliki selisih 26 sebelum dan setelah pemberian tritmen. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian teknik *self management* dalam menangani kecanduan *game online* remaja dinyatakan efektif.

### C. Pembahasan Penelitian

Secara mendasar, untuk memperoleh hasil yang efektif dalam penelitian, terlebih dahulu penulis harus memahami karakter dan pribadi masing-masing individu agar dalam memberikan tritmen bisa berjalan dengan baik sesuai dengan yang diharapkan sebagaimana kepribadian mencakup segala aspek yang melekat pada diri individu yang dimanifestasikan dalam bentuk sikap dan perilaku individu dalam kehidupan sehari-hari. Adapun kepribadian seseorang yang dimaksud dalam penelitian ini adalah segala yang tampak dari sikap dan perilaku dari individu.

Informan penelitian yang diambil adalah pemain *game* yang ditemui di berbagai tempat, yakni para remaja yang bermain *game* yang ada di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara. Kesemuanya berjumlah 24 orang. Oleh karena penelitian ini berfokus pada menangani kecanduan *game online* remaja, maka keseluruhan dari 24 orang yang bermain *game online* yang mengalami kecanduan yang dapat diberikan tritmen dari teknik *self management*. Parameter pembedanya adalah kuantitas ataupun intensitas dalam bermain *game online*, kesemuanya masih berstatus sebagai pelajar baik pelajar yang masih duduk di bangku sekolah menengah pertama dan menengah atas dengan usia antara 13-17 tahun. Responden dalam penelitian ini berjumlah 15 orang berjenis kelamin laki-laki dan 9 orang berjenis kelamin perempuan.

Ciri-ciri remaja yang kecanduan *game online* di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara dapat ditinjau dari frekuensi bermain *game online* (memiliki tingkat kesenangan dalam bermain *game online* dan memiliki

tinggi rendahnya intensitas saat bermain *game online*), kepuasannya ketika bermain *game online* dan gaya hidup dari individu yang bermain *game online* (perubahan hubungan sosialisasi dan perubahan pola tidur).

Faktor penyebab remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone kecanduan *game online* disebabkan atas beberapa alasan seperti sifat *game online* yang merupakan permainan yang menyenangkan. Selain itu, karena sifat dasar manusia yang selalu ingin menjadi pemenang dan bangga semakin mahir akan sesuatu termasuk sebuah permainan. Dalam *game online* apabila point bertambah, maka objek yang akan dimainkan akan semakin hebat. Selain itu sebagai cara untuk melarikan diri dari masalah-masalah atau untuk mengurangi perasaan yang menyusahkan (misalnya putus cinta, patah hati, stres, dll), serta untuk menambah wawasan tentang ilmu teknologi. Sehingga dari kecanduan *game online* tersebut menimbulkan dampak positif dan negatif. Dampak positifnya adalah menambah wawasan tentang ilmu teknologi, melatih kefokuskan serta sebagai cara untuk melarikan diri ketika mengalami stres atau dari masalah-masalah (misalnya putus cinta, patah hati, dll). Sedangkan dampak negatifnya adalah mengalami penurunan sosialisasi dengan mengabaikan keluarga dan teman ketika sudah asik bermain *game online*, perubahan pola istirahat, serta terabaikannya kewajiban sebagai anak dan sebagai pelajar.

Pemberian teknik *self management* yang telah diterapkan pada responden agar remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone yang mengalami kecanduan *game online* dapat ditangani adalah melalui beberapa tahap yaitu: 1) tahap penelitian diri, 2) tahap penilaian diri, 3) tahap pemberian penguatan,

penghapusan dan hukuman. Berikut ini langkah-langkah teknik *self management* yang diterapkan kepada responden atau remaja yang *kecanduan game online* di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara:

### 1. Tahap Penelitian Diri

Pada tahap ini responden yang bersangkutan diharuskan untuk mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya sendiri dalam interaksinya dengan lingkungan. Dalam pemantauan diri ini biasanya responden mengamati dan mencatat perilaku masalah, mengendalikan penyebab terjadinya masalah dan menghasilkan konsekuensi, serta waktu atau durasi tingkah laku selama berinteraksi dengan lingkungan. Seperti pernyataan yang telah dibuat di dalam instrumen kuesioner atau angket dengan indikator kecanduan *game online* yakni gaya hidup. Apakah remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara lebih menghabiskan banyak waktu untuk bermain *game online* atau justru lebih banyak waktu untuk bersosialisasi. Selain itu, mengenai perubahan pola tidur. Responden diharuskan untuk mengamati dan mencatat segala hal yang berkaitan dengan dirinya.

### 2. Tahap Penilaian Diri

Pada tahap ini responden membandingkan perilaku sebelumnya dengan perilakunya saat ini. Dengan begitu responden dapat mengetahui perilaku mana yang perlu dihilangkan dan perilaku mana yang perlu dipertahankan. Hal ini dilakukan agar responden dapat berfikir secara objektif dan realistis serta secara tepat menilai perilakunya sendiri.

### 3. Tahap Pemberian Penguatan, Penghapusan dan Hukuman.

Responden mengatur dirinya memberikan penguatan, menghapus dan memberikan hukuman pada diri sendiri. Tahap ini merupakan tahap yang paling sulit karena membutuhkan kemauan yang kuat dari individu untuk melaksanakan program yang telah dibuat secara bertahap. Seperti bagaimana caranya agar responden mampu berkomitmen terhadap dirinya sendiri. Responden dapat menghapus dan memberikan hukuman pada dirinya sendiri. Hukuman dalam hal ini adalah berupa hukuman yang positif tanpa adanya unsur negatif. Seperti responden membuat pernyataan dan berjanji atau telah berkomitmen untuk tidak melanggar aturan yang telah dibuat. Apabila ternyata dilain waktu responden melanggar aturan tersebut yang telah ia buat sendiri maka responden akan mendapat hukuman misalnya hukuman untuk menghapus perkalian dalam matematika atau justru ia akan berdosa karena telah berjanji untuk tidak melanggar aturan yang telah ia buat sendiri.

Program ini dapat diterapkan secara bertahap oleh responden yang sedang memberikan penguatan pada diri sendiri agar tidak kembali bermain *game online* secara berlebihan atau sampai kembali kecanduan *game online*. Pada tahap ini diperlukan pula bantuan, dukungan dan dorongan dari orang-orang di sekitar seperti keluarga dan teman-teman agar individu tersebut dapat melaksanakan program yang telah dibuat dengan baik.



## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian tentang efektifitas teknik *self management* dalam menangani kecanduan game online remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara. Dapat disimpulkan bahwa :

Berdasarkan kriteria pengujian uji regresi berdasarkan taraf signifikan, jika  $\text{sig } (0,047) < 0,05$  maka  $H_1$  diterima  $H_0$  ditolak. Artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tritmen sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan. Ternyata pernyataan yang menggunakan kecanduan *game online* dengan menggunakan teknik *self management* menunjukkan bahwa efektif dalam menangani kecanduan *game online* remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara.

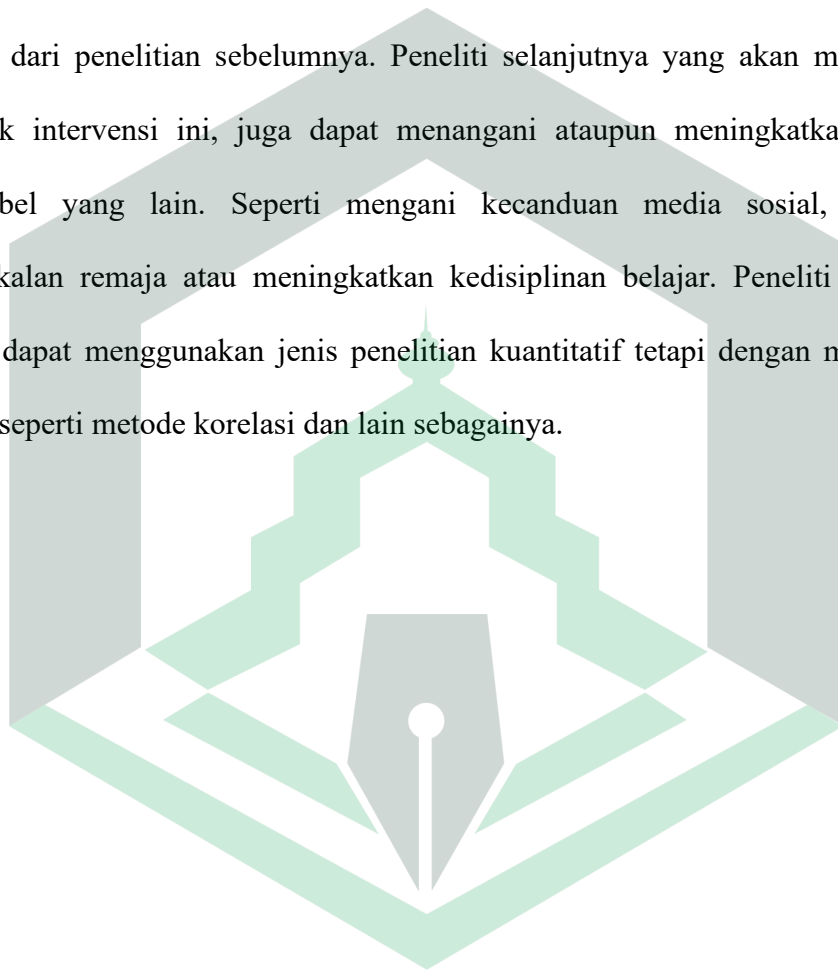
#### B. Saran

Dari hasil penelitian tersebut, maka saran-saran dari peneliti sebagai berikut:

1. Memberikan pengertian tentang penggunaan *game online* dari sisi dampak bahaya *game online* hingga mengakibatkan kecanduan.
2. Meningkatkan pengawasan dan bimbingan dari orang tua agar anak dapat mengontrol dirinya dengan baik.

3. Bagi Desa diharapkan dapat meningkatkan lingkungan masyarakat yang agamis supaya dapat menciptakan remaja-remaja yang berakhlak baik dan bermanfaat dimasa yang akan datang.

4. Bagi peneliti selanjutnya agar penelitian ini lebih efektif dalam menangani kecanduan *game online* remaja, dapat menambah durasi penelitian yang lebih lama dari penelitian sebelumnya. Peneliti selanjutnya yang akan menggunakan teknik intervensi ini, juga dapat menangani ataupun meningkatkan dari segi variabel yang lain. Seperti mengani kecanduan media sosial, menangani kenakalan remaja atau meningkatkan kedisiplinan belajar. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan jenis penelitian kuantitatif tetapi dengan metode yang lain, seperti metode korelasi dan lain sebagainya.



## Daftar Pustaka

- Abdullah, dkk. 2016. "Upaya Mereduksi Perilaku Prokrastinasi Akademik Melalui Konseling Kelompok Dengan Teknik Self Management (Studi Kasus Di Kelas XI SMA Negeri 2 Palu)", *Jurnal Untad*, Volume 1, Nomor 2.
- Alamri, Nurdjana. 2015. "Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah (Studi Pada Siswa Kelas X Sma 1 Gebog Tahun 2014/2015)". *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Volume 1, Nomor 1.
- Amanda, Rika Agustina. 2016. "Pengaruh Game Online Terhadap Perubahan Perilaku Agresif Remaja Di Samarinda". *eJournal Ilmu Komunikasi*, Volume 4, Nomor 3.
- Anfusina. 2018. "Memahami Kecanduan Game Online Melalui Pendekatan Neurobiologi". *Journal Radenintan*, Volume 01, Nomor 01.
- Ayu, Lestari. Sahat Saragih. 2016. "Interaksi Sosial dan Konsep Diri dengan Kecanduan Games Online pada Dewasa Awal". *Jurnal Holistik*, Volume 5, Nomor 02.
- Barida, Muya. Hardi Prasetiawan. 2018. "Urgensi Pengembangan Model Konseling Kelompok Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Kecerdasan Moral Siswa SMP", *eJournal.stkipmpringsewu*, Volume 4, Nomor 1.
- Burhan. 2018. "Peran Konselor Sebaya Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online Pada Anak". *Jurnal Konseling Gusjigang*, Volume 2, Nomor 2.
- Dinata, Okto. 2017. "Relationship Online Clash Of Clans Game On Social Behavior (Case Study Online Clash Of Clans Game On Student Sociology Faculty Of Social And Political Sciences University Of Riau)". *Jurnal JOM FKP*, Volume 4, Nomor 2.
- Dokumen Desa Patoloan. 2019.
- Dwi Pratiwi, Erni. 2014. "Analisa Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Niat Bermain Game Online". *Jurnal Qiyas*, Volume X, Nomor 2.
- Edrizal. 2018. "Pengaruh Kecanduan Siswa Terhadap Game Online (Studi Tentang Kebiasaan Siswa Bermain Game Online) Di Smp N 3 Teluk Kuantan". *Jurnal Ilmiah Counselia*, Volume 2, Nomor 6.

- Fajriani, dkk. 2016. "Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa: Studi Kasus Di Sma Negeri 5 Banda Aceh". *Jurnal Unsyiah*, Volume 10, Nomor 2.
- Fatwa Tarjih, *Bagaimana Hukum Bermain Game Online*, <http://www.Muhammadiyah.or.id/id/news-13038>, (Diakses tanggal 9 Juli 2019).
- Gerry F. Kapoh, "Perilaku Sosial Individu Pemain Game Online "Perfect World" di Desa Sea Satu". *Jurnal Holistik*, Volume 6, Nomor 15.
- Gie. 2017. "Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Self Management Terhadap Pola Hidup Bersih Dan Sehat Siswa Di Kelas VII Smp Negeri 1 Percut Sei Tuan T.A 2016/2017". *Jurnal BK Unesa*, Volume 10, Nomor 2.
- Hadi, Sutrisno. 1983. "*Metodologi Reserch*, jilid 1"(Cet. XIII; Yogyakarta: Psikologi UGM).
- Hardanti, Harvien Amellia. dkk. 2013. "Faktor-faktor yang Melatarbelakangi Perilaku Adiksi Bermain Game Online pada Anak Usia Sekolah". *Jurnal Penelitian Humaniora*, Volume 1, Nomor 3.
- Heriansyah, Masnurrima. Dydik Kurniawan. 2017. "Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Belajar Mahasiswa". (*Skripsi Universitas Mulawarman Samarinda Indonesia*)
- Hulukati, Wenny. Moh. Rizki Djibrin. 2018. "Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo", *Jurnal Psikologi dan Perkembangan*, Volume 02, Nomor 01.
- Isnaini, Faiqotul. Taufiq. 2015. "Strategi Self Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar". *Jurnal Penelitian Humaniora*, Volume 16, Nomor 2.
- Kementrian Agama RI. 2015. *Al'Quran dan Terjemahan*, (Surabaya: Halim Publishing & Distributing).
- Komalasari, Gantina. Dkk. 2011. "*Teori dan Teknik Konseling*". (Indeks : Jakarta).
- Kurniawan, Drajat Edy. 2017. "Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta". *Jurnal Konseling Gusjigang*, Volume 3, Nomor 1.
- Masya, Hardiansyah. Dian Adi Candra. 2016. "Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku gangguan kecanduan game online pada peserta didik kelas X di

- madrasah aliyah al furqon prabumulih tahun pelajaran 2015/2016". *Jurnal bimbingan dan konseling*, Volume 03, Nomor 1.
- Melani. 2016. "Interaksi Antara Players Game Online Dota2 (Studi Deskriptif Kualitatif Pada Team Dafak Di Cyber Cafe Atmosphere Bandung". *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Univ. Surabaya*, Volume 3. Nomor 3.
- Muafi. 2010."Peran Self Management Practices Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Bank Perkreditan Rakyat", *Jurnal BK Unesa*, Volume 14, Nomor 01.
- Muratama, Muhammad Satriadi. 2018."Layanan Konseling Behavioral Teknik Self Management untuk Meningkatkan Disiplin dan Tanggung Jawab Belajar Siswa Di Sekolah". *Jurnal Fokus Konseling*, Volume 05, Nomor 01.
- Muslim bin al-Hajjaj bin Muslim al-Qusyairi. 2015. "*Shahih Muslim*" (Cet. II; Riyad: *Dar al-Hadarah Linnasyr wa al-Tauzi* ).
- Ni Pipi Suwardani, dkk. 2014."Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Kelas VIII B3 SMP Negeri 4 Singaraja". *eJurnal Undiksha*, Volume 2, Nomor 1.
- Nofianti. 2014."Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Akhir". *eJournal StikesNH*, Volume 12, Nomor 2.
- Nurazmi, Anita. dkk. 2018."Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Terhadap Regulasi Emosi Pada Remaja". *Junal JOM FKP*, Volume 05, Nomor 02.
- Nuslim, Mochammad. 2018."Penerapan teknik self management dalam mengurangi tingkat perilaku agresif siswa". *Jurnal Fokus konseling*, Volume 2, Nomor 1.
- Prasetiawan, Hardi. 2016."Upaya Mereduksi Kecanduan Game Online Melalui Layanan Konseling Kelompok". *Jurnal Fokus Konseling*, Volume 2, Nomor 2.
- Putro, Khamim Zarkasih. 2017. "Memahami Ciri Dan Tugas Masa Remaja", *eJournal UIN*, Volume 17, Nomor 1.
- Puspita, Shavira Tresna Ayu. Olievia Prabandini Mulyana. 2018. "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja Akhir". *Jurnal Mahasiswa UNESA*, Volume 05, Nomor 01.

- Rahayuningrum, Dwi Christina. "Hubungan Motivasi Bermain Game Online Dengan Adiksi Game Online Pada Remaja". *Jurnal Syedzasaintika*, Volume 8, Nomor 1.
- Randes, Hestu Putra Wijayanto. 2018. "Hubungan Kecanduan Game Online Terhadap Kecemasan Akademik Siswa Kelas 2 Smp Negeri 1 Muntilan". *Jurnal Ilmu Komunikasi*, Volume 4, Nomer 7.
- Retnowulan, Dyah Ayu. 2013. "Penerapan Strategi Pengelolaan Diri (Self Management) Untuk Mengurangi Kenakalan Remaja Korban Broken Home. *Jurnal BK Unesa*, Volume 03, Nomor 01.
- Rismanto. 2016. "Meningkatkan Self Management Dalam Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modelling". *Jurnal Penelitian Tindakan BK*, Volume 02, Nomor 01.
- Sa'diyah, Halimatus. dkk. 2016. "Penerapan Teknik Self Management Untuk Mereduksi Agresifitas Remaja". *Jurnal Ilmiah Counsellia*, Volume 6, Nomor 2.
- Santoso, Yohanes Rikky Dwi. Jusuf Tjahjo Purnomo. 2017. "Hubungan Kecanduan Game Online Terhadap Penyesuaian Sosial Pada Remaja". *Journal Of EST*, Volume IV, Nomor 1.
- Saldin, Muhammad. 2018. "Efektivitas Teknik Gestalt melalui Topdog dan Under Dog dalam Meningkatkan Kualitas Ibadah Shalat Masyarakat Pegunungan Desa Sulaku Kecamatan Rampi". (*Skripsi IAIN Palopo*).
- Sarwono, Sarlito W. *Psikologi Remaja*, Jakarta : PT Rajagrafindo Persada, 2012.
- Sholihah, Nikmatus. 2013. "Penerapan Strategi Self-Management Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Pada Siswa Tunadaksa Cerebral Palcy Kelas IV SDLB-D YPAC Surabaya". *Jurnal BK Unesa*, Volume 3, Nomor 1.
- Sukayasa, M. dkk. 2014. "Penerapan Teori Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa Kelas Xi C Ap Smk Negeri 1 Singaraja". *eJurnal Undiksha*, Volume 2, Nomor 1.
- Suwanto, Insan. 2016. "Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK". *Journal.stkipsingkawang*, Volume 1, Nomor 1.
- Syahrhan, Ridwan. 2015. "Ketergantungan Online Game Dan Penanganannya". *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, Volume 1, Nomor 1.
- Sugiyono. 2013. "*Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*", Bandung : Penerbit Alfabeta.

Sugiyono. 2014. "*Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D*", Bandung : Penerbit Alfabeta.

Sugiyono. 2003. "*Statistik Untuk Penelitian*". Bandung: IKPI.

Ulfa, Mimi. 2017. "Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Perilaku Remaja Di Mabes Game Center Jalan Hr.Subrantas Kecamatan Tampan Pekanbaru". *Jurnal JOM FISIP*, Volume 4, Nomor 1.

Wardhana P, Nanda Khakim. 2017. "Pengaruh Game Online Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas Xi Smk Pgri 4 Kediri Tahun Pelajaran 2016/2017". *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, Volume 01, Nomor 07.



L

A

M

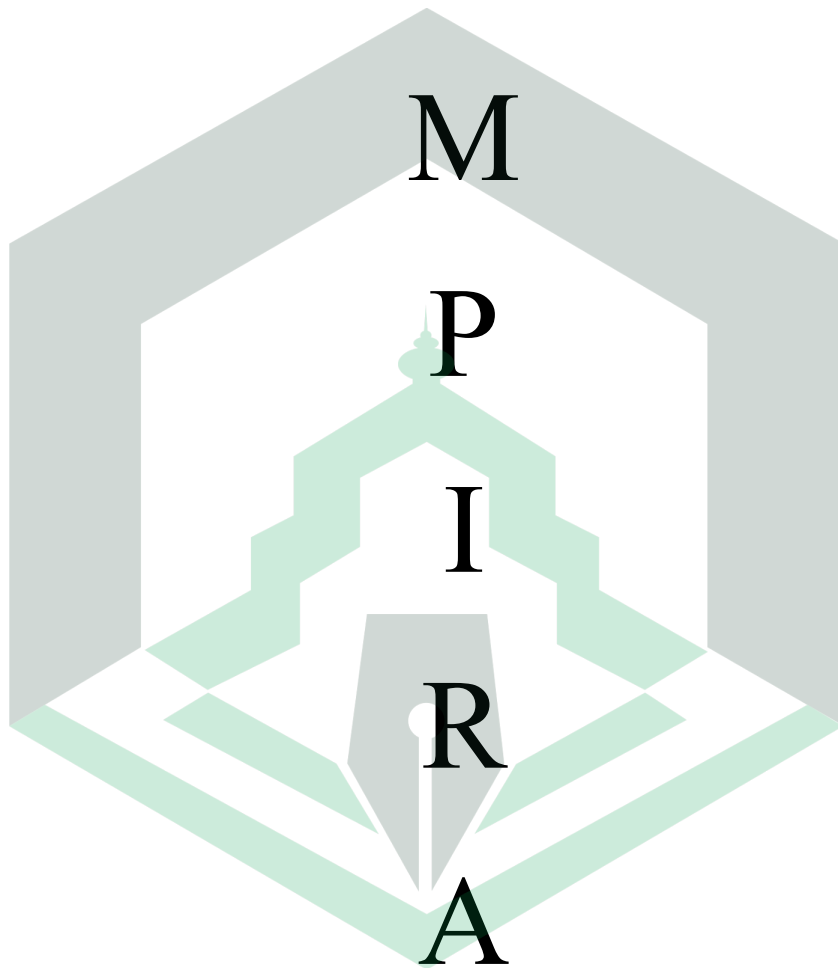
P

I

R

A

N





## Lampiran ke-1

### KISI-KISI INSTRUMEN PENGGUNAAN *GAME ONLINE*

#### ANGKET PENELITIAN

Identitas Responden

Mohon berilah informasi terkait dengan diri Anda.

Nama : .....

Umur dan Jenis Kelamin : .....(L/P)

Pendidikan : .....

Game yang dimainkan :

#### PETUNJUK

Bacalah setiap pernyataan dengan teliti sebelum menjawab, berilah tanda (√) pada kolom yang Anda anggap sesuai. Anda hanya diperkenankan untuk memberikan satu pilihan jawaban untuk setiap pernyataan. **Seluruh respon Anda akan kami jamin kerahasiaannya.**

Keterangan :

**SS** : jika jawaban Anda **Sangat Setuju**

**S** : jika jawaban Anda **Setuju**

**KS** : jika jawaban Anda **Kurang Setuju**

**TS** : jika jawaban Anda **Tidak Setuju**

**STS** : jika jawaban Anda **Sangat Tidak Setuju**

Sebelum pemberian tritmen

No	Pernyataan	Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1	Saya suka bermain <i>game online</i>					
2	Saya merasa <i>game online</i> hanya menghabiskan waktu					
3	Saya bermain <i>game online</i> untuk menambah wawasan tentang ilmu teknologi					
4	Saya rela berlama-lama di depan komputer / <i>smartphone</i> untuk bermain <i>game online</i>					
5	<i>Game online</i> merupakan permainan yang menyenangkan					
6	Saya memakai uang saku untuk bermain <i>game online</i>					
7	Permainan <i>game online</i> sangat membosankan					
8	saya merasa sangat antusias jika akan memainkan <i>game online</i>					
9	ketika saya memperoleh skor yang tinggi, saya merasa lebih semangat untuk memperoleh dan mencapai level yang lebih tinggi lagi					
10	Saya sangat menikmati saat-saat bermain <i>game online</i>					
11	Saya merasa larut dalam permainan jika sedang bermain <i>game online</i>					
12	Saya mau berkompetisi dengan orang lain yang sedang bermain <i>game online</i>					
13	Saya tertantang jika melihat orang lain memiliki level <i>game online</i> yang lebih tinggi dari saya					
14	Saya lebih sering menghabiskan banyak waktu untuk memainkan <i>game online</i> dari pada untuk aktivitas yang lain					

15	Saya memikirkan <i>game online</i> sepanjang hari					
16	Waktu yang saya habiskan untuk bermain <i>game online</i> membuat saya kekurangan jam tidur					
17	Saya mengabaikan teman saya yang mengajak berbicara saat saya sedang bermain <i>game online</i>					
18	Saya lebih suka bermain <i>game online</i> dibanding beraktivitas dengan keluarga dan teman saya					
19	Perasaan kebingungan pada saat harus memilih antara bermain <i>game online</i> atau melakukan aktivitas yang lain					
20	Saya lebih memilih untuk pergi dengan teman-teman saya dibandingkan dengan bermain <i>game online</i>					
21	Teman-teman saya mengeluhkan kegiatan bermain <i>game online</i> yang saya lakukan					
22	Saya menutup-nutupi jumlah waktu yang saya gunakan untuk bermain <i>game online</i>					
23	Saya membatasi waktu dalam bermain <i>game online</i>					
24	Saya tidak dapat menunda keinginan untuk bermain <i>game online</i>					
25	Saya bermain <i>game online</i> sebagai suatu cara untuk melarikan diri dari masalah-masalah atau untuk mengurangi perasaan yang menyusahkan (misalnya putus cinta, patah hati, dll)					
26	Saya bolos sekolah untuk memainkan <i>game online</i>					
27	<i>Game online</i> mengganggu relasi sosial saya					
28	Saya sering lalai dari PR karna bermain <i>game online</i>					

## Lampiran ke-2

### KISI-KISI INSTRUMEN PENGGUNAAN *GAME ONLINE*

#### ANGKET PENELITIAN

Identitas Responden

Mohon berilah informasi terkait dengan diri Anda.

Nama : .....

Umur dan Jenis Kelamin : .....(L/P)

Pendidikan : .....

Game yang dimainkan :

#### PETUNJUK

Bacalah setiap pernyataan dengan teliti sebelum menjawab, berilah tanda (√) pada kolom yang Anda anggap sesuai. Anda hanya diperkenankan untuk memberikan satu pilihan jawaban untuk setiap pernyataan. **Seluruh respon Anda akan kami jamin kerahasiaannya.**

Keterangan :

**SS** : jika jawaban Anda **Sangat Setuju**

**S** : jika jawaban Anda **Setuju**

**KS** : jika jawaban Anda **Kurang Setuju**

**TS** : jika jawaban Anda **Tidak Setuju**

**STS** : jika jawaban Anda **Sangat Tidak Setuju**

Setelah pemberian tritmen

No	Pernyataan	Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1	Saya suka bermain <i>game online</i>					
2	Saya merasa <i>game online</i> hanya menghabiskan waktu					
3	Saya bermain <i>game online</i> untuk menambah wawasan tentang ilmu teknologi					
4	Saya rela berlama-lama di depan komputer / <i>smartphone</i> untuk bermain <i>game online</i>					
5	<i>Game online</i> merupakan permainan yang menyenangkan					
6	Saya memakai uang saku untuk bermain <i>game online</i>					
7	Permainan <i>game online</i> sangat membosankan					
8	saya merasa sangat antusias jika akan memainkan <i>game online</i>					
9	ketika saya memperoleh skor yang tinggi, saya merasa lebih semangat untuk memperoleh dan mencapai level yang lebih tinggi lagi					
10	Saya sangat menikmati saat-saat bermain <i>game online</i>					
11	Saya merasa larut dalam permainan jika sedang bermain <i>game online</i>					
12	Saya mau berkompetisi dengan orang lain yang sedang bermain <i>game online</i>					
13	Saya tertantang jika melihat orang lain memiliki level <i>game online</i> yang lebih tinggi dari saya					
14	Saya lebih sering menghabiskan banyak waktu untuk memainkan <i>game online</i> dari pada untuk aktivitas yang lain					

15	Saya memikirkan <i>game online</i> sepanjang hari					
16	Waktu yang saya habiskan untuk bermain <i>game online</i> membuat saya kekurangan jam tidur					
17	Saya mengabaikan teman saya yang mengajak berbicara saat saya sedang bermain <i>game online</i>					
18	Saya lebih suka bermain <i>game online</i> dibanding beraktivitas dengan keluarga dan teman saya					
19	Perasaan kebingungan pada saat harus memilih antara bermain <i>game online</i> atau melakukan aktivitas yang lain					
20	Saya lebih memilih untuk pergi dengan teman-teman saya dibandingkan dengan bermain <i>game online</i>					
21	Teman-teman saya mengeluhkan kegiatan bermain <i>game online</i> yang saya lakukan					
22	Saya menutup-nutupi jumlah waktu yang saya gunakan untuk bermain <i>game online</i>					
23	Saya membatasi waktu dalam bermain <i>game online</i>					
24	Saya tidak dapat menunda keinginan untuk bermain <i>game online</i>					
25	Saya bermain <i>game online</i> sebagai suatu cara untuk melarikan diri dari masalah-masalah atau untuk mengurangi perasaan yang menyusahkan (misalnya putus cinta, patah hati, dll)					
26	Saya bolos sekolah untuk memainkan <i>game online</i>					
27	<i>Game online</i> mengganggu relasi sosial saya					
28	Saya sering lalai dari PR karna bermain <i>game online</i>					

### Lampiran ke-3

**Perolehan Responden Variabel Sebelum Pemberian Tritmen**

<b>Nama Responden</b>	<b>Variabel Sebelum Pemberian Tritmen</b>
Asni	107
Della Puspita	102
Jesyca Alfi. K	99
Sudarma Yuho. P	80
Yoga	109
Rival	100
Egi	97
Muh. Farhan Irwan	102
Delvis	104
Ayying	102
Joshua Valentino Linggi Allo	83
Tri Marvino	103
Muh. Febrin	84
Joko Saputra	100
Aditya Ramadhan	99
Habel. P	106
Maharani Putri. A	98
Ifa	100
Lily Kurnia Sari	85
Ahmad Andri	98
Farid	91
Dwi Kurniawati	104
Aliya Fadila	97
Andi Jurana	98

#### Lampiran ke-4

##### Perolehan Responden Variabel Sesudah Pemberian Tritmen

Nama Responden	Variabel Sebelum Pemberian Tritmen
Asni	71
Della Puspita	71
Jesyca Alfi. K	70
Sudarma Yuho. P	76
Yoga	78
Rival	78
Egi	81
Muh. Farhan Irwan	76
Delvis	72
Ayying	69
Joshua Valentino Linggi Allo	77
Tri Marvino	73
Muh. Febrian	76
Joko Saputra	89
Aditya Ramadhan	85
Habel. P	73
Maharani Putri. A	85
Ifa	73
Lily Kurnia Sari	70
Ahmad Andri	80
Farid	76
Dwi Kurniawati	77
Aliya Fadila	68
Andi Jurana	72



## Lampiran: Ke- 5

### Hasil *Pretest* Sebelum Pemberian Tritmen

NO	Nilai (Xi)	Frekuensi (F)	Xi . F	Simpangan (Xi – $\bar{X}$ )	Simpangan Kuadrat (Xi . $\bar{X}$ )
1	80	1	80	76,66667	266,6667
2	83	1	83	79,54167	287,0417
3	84	1	84	80,5	294
4	85	1	85	81,45833	301,0417
5	91	1	91	87,20833	345,0417
6	97	2	194	88,91667	784,0833
7	98	3	294	85,75	1200,5
8	99	2	198	90,75	816,75
9	100	3	300	87,5	1250
10	102	3	306	89,25	1300,5
11	103	1	103	98,70833	442,0417
12	104	2	208	95,33333	901,3333
13	106	1	106	101,5833	468,1667
14	107	1	107	102,5417	477,0417
15	109	1	109	104,4583	495,0417
16	jumlah	24	2348	1350,167	9629,25

**a. Nilai tertinggi dan terendah**

1. Tinggi : 109
2. Rendah : 80

**b. Modus:**

$$Mo = 98$$

**c. Median**

$$Me = 99,50$$

**d. Mean :**

$$\bar{X} = \sum \frac{xi.fi}{n} = \frac{1448 \cdot 24}{24} = 1448$$

## Lampiran: Ke- 6

### Hasil *Pretest* Setelah Pemberian Tritmen

NO	Nilai (Xi)	Frekuensi (F)	Xi . F	Simpangan (Xi – $\bar{X}$ )	Simpangan Kuadrat (Xi . $\bar{X}$ )
1	68	1	68	65,16667	192,6667
2	69	1	69	66,125	198,375
3	70	2	140	64,16667	408,3333
4	71	2	142	65,08333	420,0833
5	72	2	144	66	432
6	73	3	219	63,875	666,125
7	76	4	304	63,33333	962,6667
8	77	2	154	70,58333	494,0833
9	78	2	156	71,5	507
10	80	1	80	76,66667	266,6667
11	81	1	81	77,625	273,375
12	85	2	170	77,91667	602,0833
13	89	1	89	85,29167	330,0417
14	JUMLAH	24	1816	913,3333	5753,5

**a. Nilai tertinggi dan terendah**

1. Tinggi : 89
2. Rendah : 68

**b. Modus:**

$$Mo = 76$$

**c. Median**

$$Me = 76,00$$

**d. Mean**

$$\bar{X} = \sum \frac{xi.fi}{n} = \frac{989 \cdot 24}{24} = 989$$

## Lampiran ke- 7

### Uji Reabilitas Instrumen

#### Pre-test

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	24	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	24	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,626	28

#### Pos-test

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	24	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	24	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
,640	28

## Lampiran ke-8

### Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,409 <sup>a</sup>	,167	,129	4,511

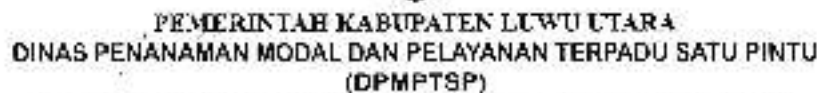
a. Predictors: (Constant), x

### ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	89,944	1	89,944	4,420	,047 <sup>b</sup>
	Residual	447,681	22	20,349		
	Total	537,625	23			

a. Dependent Variable: y

b. Predictors: (Constant), x



JL. Simpang Empat Kantor Gabungan Dinas No.27 Telp/Fax. 0471-21556 E-mail: Pw@2961.Stasiun

SUBALFERRANGIN PERBUKUAN  
 Nomor : 243.000.13-274.000.075(PT.2) 5

[illegible]

**Klasifikasi**

- Kingdom : Animalia
- Phylum : Chordata
- Class : Mammalia
- Order : Carnivora
- Family : Felidae
- Genus : Felis
- Species : Felis tigris

**Penyebaran**

Tiger (Panthera tigris) is found in the forests of the Indian subcontinent, China, and Southeast Asia. It is a large cat with a yellowish-brown coat with black stripes. It is a solitary animal and is known for its strength and agility. It is a carnivorous animal and feeds on deer, wild boar, and other small mammals. It is a protected species and is found in national parks and reserves.

1. *Aspergillus fumigatus* is a common mold found in the environment. It is a filamentous fungus that can cause allergic reactions and lung infections in humans. It is also a common contaminant of food and pharmaceuticals.

2. *Aspergillus fumigatus* is a filamentous fungus that can cause allergic reactions and lung infections in humans. It is also a common contaminant of food and pharmaceuticals.

3. *Aspergillus fumigatus* is a filamentous fungus that can cause allergic reactions and lung infections in humans. It is also a common contaminant of food and pharmaceuticals.

4. *Aspergillus fumigatus* is a filamentous fungus that can cause allergic reactions and lung infections in humans. It is also a common contaminant of food and pharmaceuticals.

5. *Aspergillus fumigatus* is a filamentous fungus that can cause allergic reactions and lung infections in humans. It is also a common contaminant of food and pharmaceuticals.

6. *Aspergillus fumigatus* is a filamentous fungus that can cause allergic reactions and lung infections in humans. It is also a common contaminant of food and pharmaceuticals.

7. *Aspergillus fumigatus* is a filamentous fungus that can cause allergic reactions and lung infections in humans. It is also a common contaminant of food and pharmaceuticals.

8. *Aspergillus fumigatus* is a filamentous fungus that can cause allergic reactions and lung infections in humans. It is also a common contaminant of food and pharmaceuticals.

9. *Aspergillus fumigatus* is a filamentous fungus that can cause allergic reactions and lung infections in humans. It is also a common contaminant of food and pharmaceuticals.

10. *Aspergillus fumigatus* is a filamentous fungus that can cause allergic reactions and lung infections in humans. It is also a common contaminant of food and pharmaceuticals.

Kerangka : Rp. 800  
 17 x 6 = 1020  
 15 x 9 = 135  
 1. Lembar Permen yang beronggah,  
 2. Lembar Kertas Berpetak atau Matriks Polya dan Petak Ganti  
 Dapur

**DPMP1SP**  
new design for your language



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, DAN KEMAHAKMATAN  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO  
KOROR, 12 JANUARI 2019

TENTANG  
PENJANGKATAN TIM DOSEN PEMBIMBING BUKU SKRIPSI DAN PENULISAN PROPOSAL SKRIPSI  
MAHASISWA DI INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO TAHUN AKADEMIK 2018/2019

BUNYAN PAHMATULLAH YANG MAHA ESA  
DEKAN FAKULTAS UShULUUN ADAB DAN IAKWAH  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO

Mengingat	1. Berupa dan kelengkapan proses pendaftaran dan pendirian skripsi bagi mahasiswa Program B... yang bersedia untuk mengikuti Tim Pembimbing Pengajaran dan penulisan skripsi.
Menyebut	2. Berupa untuk menjamin terlaksananya tugas Tim Dosen Pembimbing Skripsi sebagaimana dimaksud dalam huruf a dan akan perlu dituangkan melalui Keputusan Dekan.
Menyebut	3. Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.
Menyebut	4. Undang-Undang RI Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi.
Menyebut	5. Peraturan Pemerintah Nomor 4 tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi.
Menyebut	6. Keputusan Presiden RI Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pembentukan STAIN Palopo menjadi IAIN Palopo.
Menyebut	7. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 5 tahun 2015 tentang Organisasi dan Tata Kerja IAIN Palopo.
Mempertahankan	8. DIPA IAIN Palopo Tahun Anggaran 2019.
Menyebut	9. MEMUTUSKAN
Menyebut	10. KEMENTERIAN DEKAN FAKULTAS UShULUUN ADAB DAN IAKWAH
Menyebut	11. TENTANG PENJANGKATAN TIM DOSEN PEMBIMBING PENYUSUNAN DAN
Menyebut	12. PENULISAN PROPOSAL SKRIPSI MAHASISWA DI INSTITUT AGAMA ISLAM
Menyebut	13. NEGERI PALOPO TAHUN AKADEMIK 2018/2019.
Menyebut	14. Mengangkat secara resmi tim dosen pembimbing pada lampiran sebagai tim dosen pembimbing
Menyebut	15. yang bertugas melakukan pembinaan dan pendampingan skripsi
Menyebut	16. tugas Tim Dosen Pembimbing Penyusunan dan Penulisan Skripsi adalah membimbing,
Menyebut	17. mempersiapkan, mengoreksi, serta memantau penyusunan dan penulisan skripsi mahasiswa
Menyebut	18. berdasarkan panduan penyusunan skripsi dan pedoman akademik yang ditetapkan pada
Menyebut	19. Institut Agama Islam Negeri Palopo.
Menyebut	20. Kepada siapa yang telah selesai akan ditugaskan Kaputannya ini ditugaskan kepada
Menyebut	21. DIPA IAIN Palopo Tahun 2019.
Menyebut	22. Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkannya dan berlaku selama kegiatan
Menyebut	23. penulisan dan penulisan skripsi mahasiswa selesai, dan akan diadakan perbaikan
Menyebut	24. seperlunya dan berlaku kekalabuan di dalamnya.
Menyebut	25. Keputusan ini ditandatangani kepada yang bersangkutan untuk dilaksanakan sebagaimana
Menyebut	26. mestinya.

Ditandatangani di Palopo  
Pada Tanggal: 04 Januari 2019



Tembusan:  
4. Arsip Tim  
5. Penjabat IAIN  
6. Kepala Lats Sermon







**KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DA'WATUL IAIN PALOPO  
NOMOR: /99- TAJUN 2019**

**TENTANG  
PENGANGKATAN TIM DOSEN PEMBIMBING DAN PENGUJI SEMINAR HASIL SKRIPSI  
MAHASISWA PROGRAM STUDI INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO TAHUN AKADEMIK  
2019/2020**

**DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA  
DEKAN FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DA'WATUL IAIN  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PALOPO**

- Menimbang** : a. Untuk demi kemajuan proses penyusunan dan penulisan skripsi bagi mahasiswa Program Studi maka dianggap perlu dibentuk Tim Pembimbing Penyusunan dan penulisan skripsi
- b. Bahwa untuk menjamin terlaksananya tugas Tim Dosen Pembimbing Skripsi sebagaimana dimaksud dalam huruf a di atas maka perlu ditetapkan masalah Keputusan Dekan
- Mengingat** : 1. Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional;
2. Undang-Undang RI No. 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi;
3. Peraturan Pemerintah Nomor 4 tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi;
4. Peraturan Presiden RI Nomor 141 Tahun 2014 tentang Penetapan SLAIN Palopo menjadi IAIN Palopo;
5. Peraturan Menteri Agama RI Nomor 5 Tahun 2013 tentang Organisasi dan Tata Kerja IAIN Palopo
- Mempertimbangkan** : DIPA IAIN Palopo Tahun Anggaran 2019
- KEMUTUSIKAN**
- Menetapkan** : KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB, DAN DA'WATUL IAIN PALOPO TENTANG PENGANGKATAN TIM DOSEN PEMBIMBING DAN PENGUJI SEMINAR HASIL SKRIPSI MAHASISWA (PROGRAM STUDI INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO TAHUN AKADEMIK 2019/2020).
- Pertama** : Mengangkat dosen yang tertera namanya pada lampiran keputusan ini sebagaimana yang tertera pada alinea pertama huruf (a) di atas,
- Kedua** : Tugas Tim Dosen Pembimbing Penyusunan dan Penulisan Skripsi adalah membimbing, mengawasi, mengoreksi, serta memeriksa penyusunan dan penulisan skripsi mahasiswa berdasarkan standar penyusunan skripsi dan peraturan akademik yang ditetapkan pada Institut Agama Islam Negeri Palopo.
- Ketiga** : Semua biaya yang timbul akibat dari diterapkannya Keputusan ini dibebankan seperti DIPA IAIN Palopo tahun 2019.
- Kemudian** : Keputusan ini berlaku sejak tanggal diterapkannya dan berlaku setelah keesokan harinya mulai dari terbit skripsi mahasiswa akan dan akan diadakan penguji skripsi sesuai jadwal tertera dalam lampiran keputusan ini.
- Kelima** : Keputusan ini dibebankan kepada yang bersangkutan untuk dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, Palopo  
11 September 2019



Ditandatangani:  
1. Ketua Prodi  
2. Penguji Let II  
3. Sekretaris (1) Lili Satrika



LAMPIRAN : KEPIMPINAN DEKAN FAKULTAS USHULUDDIN ADAB DAN DAHWALAIN PALESTO  
 NOMOR : 65 TAHUN 2019  
 TENTANG PENJANGHEATAN TIM DOSEN PEMBIMBING DAN PENJUI SEMINAR  
 HASIL SKRIPSI MAHASISWA PROGRAM S1 INSTITUT AGAMA ISLAM Negeri  
 HALU PALOPO TAHUN AKADEMIK 2019/2020

I. Nama : Ihsanika  
 NIM : 15.0103.0023  
 Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam  
 Judul : Efektifitas Teknik *Self Management* dalam Mengurangi Kecanduan Game Online Remaja di Desa Puloan Kecamatan Benua-Bone Kabupaten Lawa, Madura

II. Tim Dosen  
 Pembimbing I : Dr. Elzal P., M.Sos.I.  
 Pembimbing II : Dr. Subani Masri, M.Sos.I.  
 Penguji Utama I : Dr. Achmad Mahmud, M.Sos.I.  
 Pembantu Penguji I : Wahyuni Husni, S.Sos., M.I Kom.

Palo, 11 September 2019



## RIWAYAT HIDUP



**Lilis Santika**, lahir di Sampit Kabupaten Kotawaringin Timur Provinsi Kalimantan Tengah pada tanggal 09 Oktober 1997, merupakan anak pertama dari tiga bersaudara dan merupakan buah kasih sayang dari Ayahanda Santoso dan Ibunda Leny Yumidah.

Adapun pendidikan yang telah ditempuh oleh peneliti yaitu dimulai dari pendidikan sekolah tingkat dasar, tepatnya di MI Al-Falah Lemahabang dan dinyatakan tamat pada tahun 2009. Kemudian peneliti melanjutkan pendidikan di tingkat MTs. Al-Falah Lemahabang dan dinyatakan tamat pada tahun 2012. Selanjutnya, peneliti melanjutkan pendidikan di tingkat SMA, tepatnya di SMA Negeri 1 Bone-Bone dan dinyatakan tamat pada tahun 2015.

Pada Tahun 2015, peneliti melanjutkan studi di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo dan memilih jurusan Bimbingan dan Konseling Islam pada Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah. Dan pada akhir studi peneliti menulis skripsi dengan judul ” *Efektifitas Teknik Self Management dalam Menangani Kecanduan Game Online Remaja di Desa Patoloan Kecamatan Bone-Bone Kabupaten Luwu Utara*” sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi pada jenjang Strata Satu (S1), dengan gelar sarjana non pendidikan (S. Sos).

Peneliti berharap dapat melanjutkan pendidikan ke jenjang selanjutnya dan meraih cita-cita yang diinginkan, *Aamiin*. Demikianlah riwayat hidup peneliti.

